



präsentiert

Werner Kieser

Gründer und Vorstandsvorsitzender
der Franchise-Kette KIESER TRAINING



„Der Mensch wächst am Widerstand“

Man nennt ihn Fitness-Pionier, Kraft-Apostel, Muskel-Macher, Guru der Muskeln oder gar Muskel-Philosoph: Werner Kieser, der Schweizer Unternehmer und Gründer der „Kieser-Trainings-Kette“ ist mit seinem Lebenswerk zu einem Begriff geworden. Mit eigener Kraft hat er eine Menge geschafft. Die Idee, dass ein starker Rücken keinen Schmerz kennt, hat ihn zu einem der erfolgreichsten Unternehmer Europas gemacht – mit über 145 Trainingsbetrieben, vor allem in der Schweiz und in Deutschland, in denen mittlerweile rund 235000 Kunden ihre Muskulatur stärken. Und es werden immer mehr.

Werner Kieser (Jahrgang 1940) ist Diplomtrainer und beschäftigt sich seit 40 Jahren mit dem Thema Krafttraining. Er trainierte zahlreiche Spitzensportler bis er sich auf Prävention und Rehabilitation spezialisierte. Er gründete die ADOK in Zürich, ein Aus- und Weiterbildungszentrum für Instrukturen/Trainer.

Als junger Leistungssportler zog sich Werner Kieser beim Boxen eine Rippenfell-Quetschung zu und lernte dann über einen Kollegen das Krafttraining kennen. Inspiriert durch das erste deutsche Fitnessstudio in Berlin und durch eine Begegnung mit Arthur Jones, der als erster Trainingsmaschinen mit einem sich anpassenden Widerstand entwickelt hatte und zu dem Ergebnis kam, dass kurzes, intensives Training zu den besten Resultaten führt, gründet Kieser 1967 sein erstes Kraftstudio in Zürich. Überzeugt von seiner Idee baute er Schritt für Schritt sein Unternehmen auf und grenzte sich bewusst vom aufkommenden Fitnessestablishment ab. Seit 1981 expandiert Werner Kieser hauptsächlich durch Franchising. Sein erster Betrieb in Deutschland öffnete 1990 in Frankfurt am Main seine Türen, es folgten weitere Studios in Hamburg, Köln und München. Heute tragen 151 Trainingsbetriebe weltweit seinen Namen.

Sein Wissen und seine Erfahrung gibt der heute 67-Jährige auch in seinen Büchern weiter, u. in „Gesundheit kennt kein Alter“ (2005), „Ein starker Körper kennt keinen Schmerz“ (2003) und „Kieser-Training für Frauen“ (2003).

In seinem neusten Buch „Die Entdeckung des Eisens. Stationen meines Lebens“ (2008) und ebenso lebendig in seinen Vorträgen erzählt der Schweizer seine Lebens- und Unternehmensgeschichte. Sie ist geprägt von Höhen und Tiefen, von Beharrlichkeit, von Disziplin und dem unerschütterlichen Glauben an die eigenen Ideen. Er erzählt die Geschichte von der Entwicklung eines Ein-Mann-Betriebes zu einem international agierenden Konzern.



präsentiert