# 02.07.2018

# Informacja prasowa portalu

wynagrodzenia_logo

**Pytania i dodatkowe informacje:**

tel. 509 509 536

[media@sedlak.pl](mailto:media@sedlak.pl)

**WYNAGRODZENIA TRENERÓW OSOBISTYCH**

**Trener personalny (osobisty) to osoba prowadząca indywidualne zajęcia z osobami zainteresowanymi doskonaleniem swoich umiejętności lub cech osobistych w takim zakresie jak sportowy styl życia, taniec, odżywianie itd. Klienci są najczęściej zainteresowani szybkim i dopasowanym do ich możliwości osiągnięciem celu w danym zakresie. Trenerzy to osoby, które są wszechstronnie przygotowane do pracy z klientem, zarówno od strony uprawianej dyscypliny jak i strony psychologicznej czy pedagogicznej. Trener personalny będzie więc umiał poprowadzić zajęcia zarówno z osobami młodymi i starszymi, sportowcami czy amatorami. Treningi zwykle są poprzedzone szczegółowym wywiadem dzięki któremu określa się plan postępowania z klientem.**

Treningi personalne prowadzi się zarówno w klubie fitness, jak i w domu klienta, w terenie czy na basenie. Trener osobisty często doradza w zakresie stosowania odpowiedniej diety czy odżywek. Podpowie, w jaki sposób ćwiczyć, kiedy klient nie ma dostępu do profesjonalnego sprzętu, a w chwilach zwątpienia zmotywuje w dążeniu do wyznaczonego celu.

W Polsce popularność tego zawodu stale rośnie. Ma to związek ze wzrostem stopy życiowej Polaków a także zmianą stylu życia społeczeństwa. Coraz więcej osób kładzie nacisk na dobrą kondycje, zdrowy tryb życia i atrakcyjny wygląd. Ponadto dzięki ustawom deregulacyjnym trenerem może zostać niemal każdy, a kursy trenerskie pojawiają się jak przysłowiowe grzyby po deszczu. Związek Trenerów Personalnych szacuje, iż w 2017 roku w Polsce nawet 32 000 osób wykonywało zawód trenera personalnego. Dla porównania w krajach Europy Zachodniej i USA gdzie tradycja tego zawodu sięga kilkudziesięciu lat jeden trener przypada na 100 mieszkańców.

Przechodząc do kwestii wynagrodzeń trenerów osobistych warto skorzystać z raportu „Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016” autorstwa Tomasza Mączki. Raport powstał na bazie badania przeprowadzonego w okresie między sierpniem a październikiem 2016 roku i uczestniczyło w nim 331 trenerów z całej Polski.

Z raportu wynika, że w przypadku osób dla których jest to główne źródło utrzymania najkorzystniej wypada prowadzenie treningów u klienta, bądź na dworze, gdyż miesięczne zarobki wynoszą nawet 7 600 PLN netto. W przypadku gdy trener na stałe współpracuje z jakimś klubem i korzysta z niego na zasadzie ryczałtu, średnie zarobki kształtują się na poziomie 5 273 PLN netto.

**Wykres 1. Średnie zarobki trenera personalnego zależnie**

**od metody współpracy z klubem (główne źródło dochodu)**

*Źródło: Mączka T. (2016), Raport: Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016*

Najmniej korzystnie dla trenera wypada współpraca z klubem na zasadzie prowizji. Zazwyczaj stawka prowizji waha się od 20% do 80%, średnio jest to 47,6%. Przekłada się to na średnie zarobki na poziomie 2 827 PLN netto. Po uśrednieniu uzyskanych danych, bez względu na sposób współpracy z klubem zarobki trenerów wynoszą 4 790 PLN netto. Sytuacja wygląda podobnie gdy analizuje się wynagrodzenie za jeden trening. Najwięcej zarabiają trenerzy działający na własną rękę – nawet 77 PLN netto za trening, najmniej natomiast współpracujący z klubami w systemie prowizyjnym – 46 PLN netto. Z kolei średnie wynagrodzenie za jeden trening wynosi 59 PLN netto.

Następnie warto sprawdzić czy i jak na wysokość zarobków trenerów personalnych wpływają takie czynniki jak: rodzaj klubu w którym prowadzone są trening, oraz wielkość miasta. Co ważne w obu tych przypadkach przytaczane dane dotyczą zarówno trenerów dla których jest to jedyne źródło dochodu, jak i tych dla których wynagrodzenie z treningów personalnych jest uzupełnieniem głównego źródła dochodu.

Na wysokość zarobków trenera w znacznym stopniu wpływa również rodzaj klubu w którym prowadzone są treningi. Najkorzystniej wypada praca w studiach treningu personalnego oraz klubach *low cost* (niskobudżetowe, z obsługą ograniczoną do minimum) otwartych całą dobę. W tych przypadkach trenerzy zarabiają średnio ponad 3 400 PLN netto miesięcznie. Na zarobki nieco powyżej mediany mogą natomiast liczyć trenerzy pracujących w klubach butikowych, tj. nastawionych na konkretny profil ćwiczeń lub klientów. Na drugim krańcu skali są treningi organizowane w salach gimnastycznych i szkołach, gdzie średnie zarobki wynoszą zaledwie 751 PLN netto. Po uśrednieniu wszystkich wyników ich wynagrodzenie wynosi 2 462 PLN netto. Jest to wynik niższy od przywołanych powyżej.

Analizując wynagrodzenia za jeden trening uzyskuje się podobne dane. Najwięcej zarabiają trenerzy w klubach typu *low cost* (76 PLN netto). Nieco niższe zarobki osiągają trenerzy pracujący na dworze lub u klienta (61 PLN netto), a także w klubach sieciowych (62 PLN netto). Różnica między zarobkami za jeden trening a miesięcznymi wynika z faktu iż w klubach typu *low cost* trenerzy pracują jako freelancerzy i osiągają wyższe stawki godzinowe, jednak w klubach sieciowych mogą zdobyć najszerszą bazę klientów i pomimo niższej stawki za godzinę (54 PLN), w skali miesiąca mogą zarobić najwięcej. Średnie wynagrodzenie za jeden trening wynosi natomiast 57 PLN netto.

**Wykres 2. Średnie miesięczne zarobki trenera personalnego**

**zależne od charakteru klubu**

*Źródło: Mączka T. (2016), Raport: Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016*

Na podstawie uzyskanych odpowiedzi nie można natomiast ustalić zależności między wielkością miasta a średnimi miesięcznymi dochodami. Trenerzy personalni najwięcej zarabiają w miastach powyżej 1 miliona mieszkańców, oraz w tych z przedziału między 30 000 a 50 000 mieszkańców. Wpływ na uzyskane dane miał również fakt iż najliczniejszą grupę (31%) stanowili respondenci z Warszawy. Najmniej natomiast trenerzy zarabiają w miastach liczących od 20 001 do 30 000, oraz od 100 001 do 200 000 mieszkańców.

W przypadku stawek za jeden trening ponownie najwięcej zarabiają trenerzy w Warszawie (72 PLN netto), a najmniej w miastach od 30 001 do 50 000 mieszkańców (36 PLN netto).

**Wykres 3. Średnie miesięczne wynagrodzenia trenera personalnego**

**w miastach różnej wielkości**

*Źródło: Mączka T. (2016), Raport: Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016*

Pełniejszy obraz sytuacji można uzyskać w oparciu o analizę rozkładu wysokości zarobków badanej populacji. W przypadku rozkładu dochodów za jeden trening najliczniejszą grupę stanowią osoby zarabiające od 41 do 50 PLN, co jest wartością o około 15-20% niższą od średnich zarobków podanych wcześniej. Najmniej liczne grupy stanowiły osoby które za jeden trening otrzymywały najwięcej (powyżej 100 PLN), oraz najmniej (do 20 PLN).

**Wykres 4. Rozkład zarobków za jeden trening**

*Źródło: Mączka T. (2016), Raport: Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016*

W przypadku wynagrodzenia miesięcznego najliczniejszą grupę stanowią osoby zarabiające od 1 000 do 4 001 PLN netto.

**Wykres 5. Rozkład miesięcznych zarobków**

*Źródło: Mączka T. (2016), Raport: Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016*

Dla porównania mediana wynagrodzenia trenerów sportowych zajmujących się opracowywaniem i stosowaniem skutecznych metod treningowych, a także planowaniem kariery i szkoleniami zawodników wynosi 2 650 PLN netto co jest wartością zbliżoną do mediany płac trenerów personalnych. Ponadto 25% trenerów sportowych zarabia miesięcznie więcej niż 3 516 PLN netto. Taki sam procent najlepiej zarabiających trenerów personalnych miesięcznie osiąga dochód wyższy o około 500 PLN netto. W grupie 25% najmniej zarabiających trenerzy personalni zarabiają również o koło 100 PLN więcej.

Średnie wynagrodzenie miesięczne trenera personalnego jest zbliżone do średniego wynagrodzenia według GUS. Trzeba jednak pamiętać iż jest ono zależne od rodzaju współpracy z klubem i charakterem tego klubu. Ponadto – choć nie ma tu jednoznacznej tendencji – w wielu ośrodkach miejskich zarobki te są niższe o kilkanaście procent. Plusem jest natomiast to, że popyt na usługi trenerów personalnych w Polsce stale rośnie, co na pewno jest zachętą do kształcenia się w tym kierunku.

**Bibliografia**

1. Główny Urząd Statystyczny (2018), Biuletyn statystyczny – Informacje statystyczne 02/2018 –dostęp: https://stat.gov.pl/download/gfx/.../pl/.../5498/.../biuletyn\_statystyczny\_luty\_2018.pdf
2. Ile zarabia trener sportowy? dostęp: https://wynagrodzenia.pl/moja-placa/ile-zarabia-trener-sportowy
3. Kowalczyk W. *Kim jest trener personalny?* dostęp: https://www.czasnatrenera.pl/trening-personalny/kim-jest-trener-personalny-osobisty.html
4. Maczka T. (2013), *Ile zarabia trener personalny* dostęp: http://sekretytrenera.pl/ile-zarabia-trener-personalny/
5. Mączka T. (2016), *Raport: Zarobki trenerów personalnych w Polsce 2016* dostęp: http://sekretytrenera.pl/wp-content/uploads/2016/11/Zarobki-trener%C3%B3w-personalnych-w-Polsce-2016.pdf
6. Polski Związek Trenerów personalnych: http://pztp.org/
7. Zarobki trenera personalnego, dostęp: https://www.zawodowe.com/kategorie/pozostale/trener\_personalny\_trener\_osobisty/opis\_i\_zarobki/

[logo_wynagrodzenia](http://www.wynagrodzenia.pl/)

**Sedlak & Sedlak wyraża zgodę na publikację niniejszego opracowania pod warunkiem powołania się na źródło: wynagrodzenia.pl oraz zamieszczenie pod artykułem aktywnego linku do strony Ogólnopolskiego Badania Wynagrodzeń (**[**http://wynagrodzenia.pl/t/ogolnopolskie-badanie-wynagrodzen-np**](http://wynagrodzenia.pl/t/ogolnopolskie-badanie-wynagrodzen-np)**) czcionką nie mniejszą niż czcionka użyta w publikacji.**