



CFP WORKSHOP

# Spot the Talent: Future-Coaches in deiner Box

Wie entdecke und entwickle ich neue Trainer,  
um selbst weiter am Unternehmen arbeiten zu können?

---



Wer von euch möchte der  
**beste Coach** in seiner Box sein?



**Das ist die Erfolgsformel, um weiter  
im Hamsterrad der Selbständigkeit  
gefangen zu sein.**



## Zu meiner Person

### Werdegang

- Master Lehramt Sport / Geschichte
- CF-Coach seit 2013
- Co-Owner von CFP seit 2021  
--> insgesamt 28 Leute im Team, davon 20 Coaches

### Sonst noch

- Rugby, Judo, Fiete + Hund





# Den richtigen Menschen finden

**Grundlegend zwei Optionen für den Teamaufbau:**

- 1) Einen „fertigen“ Trainer einstellen**
- 2) Einen neuen Trainer aufbauen**





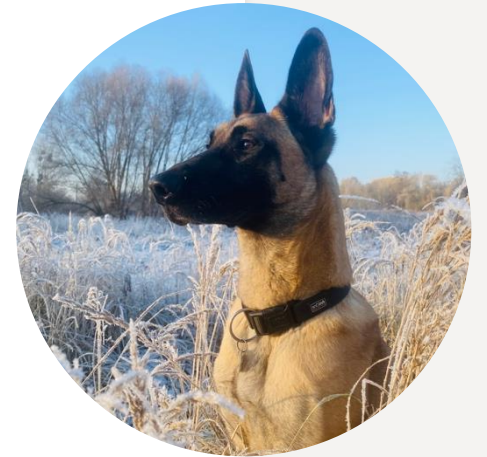
## Problematiken beim Einstellen eines „fertigen“ Trainers

- Gibt es so eine Person in meiner Region?
- Passt die Person in mein Team?
- Kann ich mir die Person leisten?



## Vorteile, einen Trainer aus der eigenen Community aufzubauen

- Ihr kennt die Person schon
- Die Person kennt euch, eure Box und die damit einhergehenden Regeln
- Euer Future-Coach ist noch nach euren Vorstellungen formbar





## Wer ist der richtige Kandidat in meiner Community?

1. Soziale Kompetenz (der "Philanthrop")
2. Lernbereitschaft (offen für Feedback)
3. Eigeninitiative und Verantwortungsbewusstsein (intrinsische Motivation)
4. Authentizität (lebt die Person eure Box-Werte)
5. Fachliche Vorkenntnisse (Sicherheit)



# „Spot the talent: Find your future coach!“

Die Frage ist nicht, wer ist der beste Trainer  
sondern:  
WER hat das Potenzial durch eure Ausbildung zu  
einem richtig guten Trainer zu werden?





# Ein internes Traineeprogramm aufbauen

**Fünf Stufen — vom Beobachten bis zur vollen Verantwortung**



## Beobachten und reflektieren lassen

- Pro Stunde nur einen klaren Schwerpunkt
- Als aktiver Teilnehmer oder passiver Beobachter
- Anschließend gemeinsame Auswertung (ggf. mit dem Coach der Class)

### BEISPIEL DER FUNCTIONAL ACADEMY

„Coaches Development: Class Shadowing“ ab Q4/2026





# Beobachten und reflektieren lassen

## BEISPIEL DER FUNCTIONAL ACADEMY

### CLASS SHADOWING · BEOBACHTUNGSBOGEN



#### 4 Session 4: Skalierungen und Levels

TEILNEHMER:IN

DATUM

CLASS / COACH BEOBACHTET

BOX

#### ZIEL

Coaching für unterschiedliche Leistungsstände verstehen.

#### AUFGABEN

1 Welche Übungen werden skaliert? Welche nicht?

---

---

---

2 Werden Alternativen aktiv angeboten oder nur auf Nachfrage kommuniziert? Was ist wann „besser“ und warum?

- Pro Stunde nur einen klaren Schwerpunkt
- Als aktiver Teilnehmer oder passiver Beobachter
- Anschließend gemeinsame Auswertung (ggf. mit dem Coach der Class)



## Teamintern in Aktion kommen

- Im Rahmen eines gemeinsamen Trainings / Skill Meetings
- Kleine Sequenzen, Warm-Ups, Progressions anleiten
- Gemeinsame Auswertung

### BEISPIEL DER FUNCTIONAL ACADEMY

*„Coaches Development: Practice Weightlifting Warm Up – The Clean & Jerk“*





# Teamintern in Aktion kommen

## BEISPIEL DER FUNCTIONAL ACADEMY

SKILL MEETING · 13.08.2026

**1 Weightlifting Warm-up für den Clean & Jerk**  
GRUPPE 1 → Feedback im Anschluss von / an Gruppe 2

ANLEITER:INNEN (NAMEN) \_\_\_\_\_ UHRZEIT / REIHENFOLGE IM PRAXISTEIL \_\_\_\_\_

**SET-UP & KRITERIEN**

- Equipment: PVC-Stab, Whiteboard
- Work from Floor to Overhead
- Focus on Footwork
- Dauer: 6-8 Minuten

Hinweis: Es muss keine zusätzliche Herzkreislauferwärmung erfolgen – geht davon aus, dass alle bereits 3' auf Skierg + Rower waren.

**AUFGABE 1 – VORBEREITUNG & ANLEITUNG**

- Wie ist das Set-up? Wie stehen die Athlet:innen in Bezug zum Trainer, dem Equipment und untereinander?
- Welche Übungen führt ihr durch – und in welcher Reihenfolge?
- Welche Instruktionen gebt ihr in der Anleitung? Wie erfolgt das Feedback während der Ausführung?
- Läuft Musik dabei? Wenn ja, welche?
- Was ist die eine Sache, die jeder aus dem Warm-up mitnehmen soll?

**AUFGABE 2 – FEEDBACK AN GRUPPE 2**

- Was hat euch besonders gut gefallen?
- Was hat euch weniger gefallen bzw. würdet ihr euch zusätzlich wünschen?
- Was war neu für euch bzw. wäre aus eurer Sicht eine weitere gute Option?

SPOT THE TALENT · FUTURE-COACHES SKILL MEETING · GRUPPE 1

SKILL MEETING · 13.08.2026

**2 Weightlifting Warm-up für den Clean & Jerk**  
GRUPPE 2 → Feedback im Anschluss von / an Gruppe 3

ANLEITER:INNEN (NAMEN) \_\_\_\_\_ UHRZEIT / REIHENFOLGE IM PRAXISTEIL \_\_\_\_\_

**SET-UP & KRITERIEN**

- Equipment: PVC-Stab, Whiteboard
- Work from Overhead down to the Floor
- Focus on Handpositioning
- Dauer: 6-8 Minuten

Hinweis: Es muss keine zusätzliche Herzkreislauferwärmung erfolgen – geht davon aus, dass alle bereits 3' auf Skierg + Rower waren.

**AUFGABE 1 – VORBEREITUNG & ANLEITUNG**

- Wie ist das Set-up? Wie stehen die Athlet:innen in Bezug zum Trainer, dem Equipment und untereinander?
- Welche Übungen führt ihr durch – und in welcher Reihenfolge?
- Welche Instruktionen gebt ihr in der Anleitung? Wie erfolgt das Feedback während der Ausführung?
- Läuft Musik dabei? Wenn ja, welche?
- Was ist die eine Sache, die jeder aus dem Warm-up mitnehmen soll?

**AUFGABE 2 – FEEDBACK AN GRUPPE 3**

- Was hat euch besonders gut gefallen?
- Was hat euch weniger gefallen bzw. würdet ihr euch zusätzlich wünschen?
- Was war neu für euch bzw. wäre aus eurer Sicht eine weitere gute Option?

SPOT THE TALENT · FUTURE-COACHES SKILL MEETING · GRUPPE 2

- Im Rahmen eines gemeinsamen Trainings / Skill Meetings
- Kleine Sequenzen, Warm-Ups, Progressions anleiten
- Gemeinsame Auswertung



# Teilverantwortung übertragen im Co-Coaching

- Stundensequenzen wie Warm Up / Cool Down / Accessoire etc. anleiten lassen
- Gemeinsam vorab planen
- Anschließend auswerten und zur Reflexion anregen

## BEISPIEL DER FUNCTIONAL ACADEMY

„Coaches Development: Creating a Class Timeline“





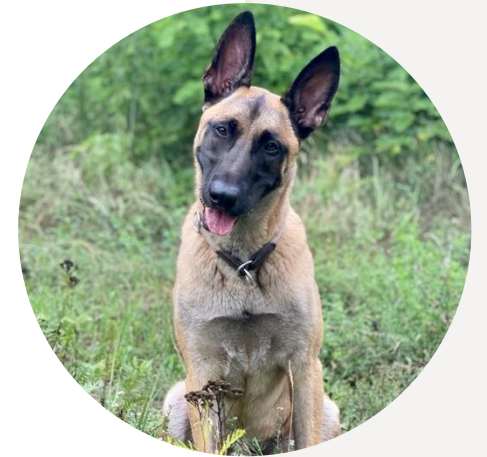
## Co-Coaching mit Primärverantwortung

- Selbständig planen lassen und vorab prüfen
- Nur unterstützend eingreifen, falls nötig
- Anschließend gemeinsame Auswertung und Reflexion



## Coaching mit geplanter Feedbackschleife

- Eigenständig coachen lassen
- Auf Rückfrage unterstützen
- Feedbackgespräche planen, Rückmeldungen aus der Memberbase einholen
- Zu Beginn engmaschiger, nach und nach etwas lockerer





# Entwickle dein Coaching-System

**Ohne Systematisierung ist keine Skalierung möglich!**

→ Coaches Playbook (SOP, Class Structure, Beschwerdemanagement usw.)

**BEISPIEL CrossFit Potsdam**

**„TEAMS: Coaches - Übergaben“**

# Mo F1: 10/14(No Show: Martin Semmler - schreibe ich an)/15(Legends)



Finales Hero-WOD im August mit "The Unique Professional"!

WU war bei mir 6' EMOM:

- 1) 20s Jumping Jacks + 20s Air Squats
- 2) 20s Hollow Hold + 20s Arch Hold --> 2. Runde dann -Rocks
- 3) 20s Deadlifts + 20s Bent over Rows --> 2. Runde upright Rows

Im Anschluss kurz etwas Mobi aus "0 to 90", Forearm Stretch Rockings & Alt. Thread the needle.

Danach folgte die Hantelprep. Bedingungen waren hier:

1. eine Last bei der 5 tng Powercleans gut möglich wären (ohne den Anspruch, dass das im WOD auch passieren muss) & [mehr anzeigen](#)



Ruben De Ruyter Dienstag 08:38

**MO NM**

**noshow:** Luidgardis Jendrzej in 18:00

Had to find a manageable solution for everyone to get through 90 pull ups, some people did first set PU, second set Ring [mehr anzeigen](#)



Michael Krenz Dienstag 08:56

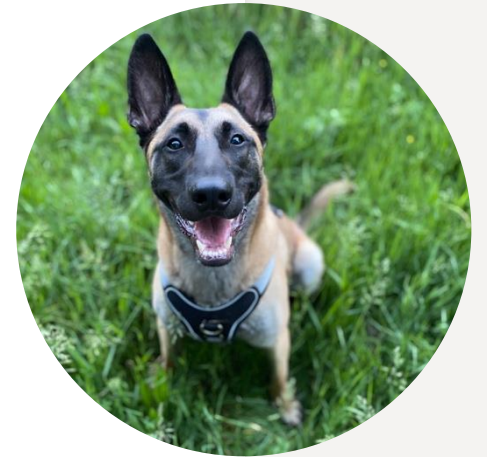
FYI - Swen was a long time member, till he moved to jordania





## Interne und externe Ausbildung kombinieren

**Praxis schlägt Papier.**





# Interne und externe Ausbildung kombinieren

## ABER:

### Aus Sicht des Coaches

- + Selbstbewusstsein

### Aus Sicht der Kunden

- + Vertrauensvorschuss
- + Sicherheitsgefühl
- + Zahlungsbereitschaft



## Interne und externe Ausbildung kombinieren

- Interns (1:1 Development + Team-Development)  
mit Externs kombinieren (L1 / Gymnastics etc.)
- Anreize schaffen: mehr Verantwortung, Gehaltsstufen, Zuschüsse





## Vom Coach zum Owner

**Eigene Coachingzeit reduzieren und gezielt Stoßzeiten (6–8 & 17–20 Uhr) abgeben**



## Vom Coach zum Owner

Fokus auf:  
**Systeme,  
Marketing,  
Wachstum**





## Vom Coach zum Owner

**„Key-Man-Risk“ reduzieren**



## Vom Coach zum Owner

**Qualitätssicherung durch  
Trainer-Fokus**



5

SCHRITT 5 • BINDUNG



## Vom Coach zum Owner

**Mitarbeiterbindung**



## Vom Coach zum Owner

**Customer Lifetime Value  
(„The Host“)**





**Die erfolgreichsten Boxowner sind  
nicht die besten Coaches, sondern die  
besten **Coaches-Entwickler.****

ZUM ABSCHLUSS

# Wie kann es weitergehen?

---

Individuelle Beratung  
Functional Academy





SALES-PITCH



# Functional Academy

## Was ist die Functional Academy?

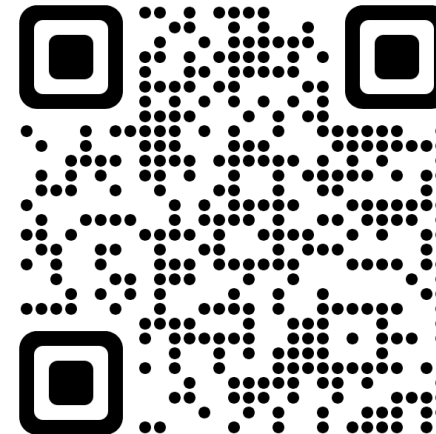
Wöchentliche interaktive Online-Seminare in kleinen Gruppen mit Gleichgesinnten

## Wie nehme ich teil?

Wie mit einer 10er-Karte in einer Class und ganz einfach über Eversports.

## Wann geht es los?

Wir starten Anfang Oktober 2026 mit zwei Tracks



249,00€ / 10 Calls  
ohne Mindestlaufzeit (netto)



**Affiliate  
Summit  
Special**

Mit dem Code  
**CFDACH26** spart ihr  
**25%** im ersten Block.

Downloads, Kontakt und Infos:  
**[functionalconsulting.de/cfdach](https://functionalconsulting.de/cfdach)**

In Kooperation mit

