

# Oscar kan bli Sveriges bästa personliga tränare

ÖREBRO. Med träningen som största intresse jobbar Oscar Ö Turgut som personlig tränare sedan 16 år. Nu är han nominerad till titeln "Sveriges bästa personliga tränare".

– Det känns bra och som en lön för det jag gjort nu i 16 år, säger Oscar Turgut om att vara nominerad.

Han driver företaget Oscar PT, som han startade för två år sedan. I dag arbetar han heltid och har cirka 40 klienter.

Träningsintresset har han med sig sedan ungdomen.

– Det var mitt största intresse. Var det någon som letade efter mig så skickades de till gymmet, säger Oscar.

Idén att bli instruktör inom träningen föddes när han jobbat som fotomodell för underkläder och fitness.

– Jag fick många frågor om hur jag tränade, många visste till exempel inte hur maskinerna fungerade, så jag började fundera om jag kunde ha mitt intresse som yrke, berättar Oscar.

## En av de första

Det var i mitten på 1990-talet, och i samband med att begreppet personlig tränare lanserades i Sverige.

– Jag var en av de första som gick utbildningen för personliga tränare, säger Oscar.

I Örebro fanns inga jobb för personliga tränare, så Oscar flyttade till Göteborg, där han fick jobb på ett gym. 2003 kom han tillbaka till Örebro av familjescäl, men hittade inget jobb här då heller.

– Jag pratade med min brorsa som bodde i USA, som tyckte jag skulle komma dit.

## Viktiga lärdomar

Sagt och gjort. Oscar gick en tvåårig utbildning för personliga tränare i San Diego i USA.

– Där lärde jag mig de saker som är viktigast för mig i arbetet nu, berättar Oscar.

Lika mycket som kunskap om själva fysiken, handlar jobbet som personlig tränare också om att uppmuntra andra att de kan.

– Jag ska hjälpa människor att förflytta sig mentalt för att nå sina individuella mål, och övervinna de problem som de möter på vägen. Jag är en problemlösare, och mitt jobb är att få alla att känna sig som världsmästare i sin egen utveckling, berättar Oscar.

## Avgörs i Göteborg

En viktig del i den amerikanska utbildningen var också att kunna sälja sig själv och sin kunskap.

– Där har vi i Sverige mycket att lära av amerikanerna, säger Oscar.

Tillbaka i Sverige efter utbildningen arbetade Oscar några år för ett spa, varpå han startade sitt företag 2010. I dag jobbar han bland annat vid Örebro universitet.

Vem som blir Sveriges bästa personlige tränare avgörs vid fitnessfestivalen Guldhjärtat i Göteborg den 8–9 december. Röstningen pågår på nätet fram till den 25 november.

KATARINA HANSLEP

019-15 52 59

katarina.hanslep@na.se



Personlig träning. Anki Alsbjer får personliga tips för sin träning av Oscar Ö Turgut. Han har nominerats till titeln "Sveriges bästa personliga tränare".

BILD: KICKI NILSSON