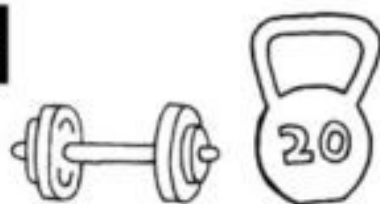


Oscar Turgut: **Sveriges bästa PT 2014**

# Tuff trollkarl med hjärta av guld



I 18 år har Oscar Turgut varit personlig tränare (PT). Förra året blev han utsedd till Sveriges bästa. Vägen dit har inte varit spikrak. Tvärtom. Nu står han på toppen, men vill mer. Mycket mer.

Handslaget är fast och blicken vänlig. Oscar lotsar oss in på sitt kontor intill träningslokalerna på Örebro universitet. Det här är hans hemmaplan, hans rike. Det är här han först möter sina kunder. De som vill få en klick i form av ökad styrka, mer energi och större mental kraft. Men endast om de själva vill.

– Jag kan bara hjälpa människor som själva vill bli hjälpta, säger Oscar.

Många gånger under samtalet pratar han om att han förflyttar människor från ett läge till ett annat och att det kan ske på många olika sätt. Personlig träning handlar inte bara om att lyfta hantlar och springa, utan mycket om att lyfta människor mentalt. Att ta bort spårar som kanske under lång tid har hindrat någon att uppnå sin fulla kapacitet.

Oscar har gjort en lång resa för att nå dit han är idag. Under den har han både förflyttat sig och lyft sig själv mentalt.

– Jag har alltid tränat; fotboll, bandy och hockey. Mina föräldrar kommer från Turkiet och vi bodde på söder i Örebro.

Där var jag den ende utlänningen i min ålder; blev kallad svartskalle och hamnade ofta i slagsmål. Det var en stökig uppväxt. För att skydda mig började jag med karate, tyckte det var roligt och började tävla. I karaten lärde jag mig kroppskontroll, och hur människan fungerar både fysiologiskt och mentalt.

Oscar utbildade sig till snickare och blev senare modell.

– När jag blev arbetslös från snickeriet blev det ännu mer modellande. Under den perioden tränade jag extra mycket, det fanns inget annat att göra. Jag läste amerikanska träningsprogram för att skaffa mig kunskap och märkte att folk kom fram till mig och frågade hur man gjorde. Det var då tanken väcktes – att jag kanske skulle kunna lära andra om träning och tjäna pengar på det.

Oscar bestämde sig för att satsa. Han gick en PT-utbildning i Stockholm och flyttade så småningom till Göteborg där han startade ett eget företag vid sidan om jobbet på ett gym. Samtidigt funderade han mycket på vad han skulle göra med livet, en tanke som växt sig extra stark efter pappans bortgång några år tidigare. Han valde snart väg.

– Trenden med personliga tränare startade i USA. Min bror, som fortfarande bor i USA, sa: Kom över och utbilda dig.

Oscar sökte en 2-årig CSN-berättigad PT-utbildning i San Diego – och kom in. År 2008 kom han hem med en högskoleutbildning och djupgående kunskaper om

träning i bagaget. Efter att bland annat ha jobbat som PT på Selma Spa i Sunne startade han sitt eget företag Oscar PT tre år senare.

– Det var en polare som sa "Oscar, det finns ingen renodlad PT i Örebro, ska inte du köra igång?". Det kändes som att hoppa ner i ett havvatten, jag hade ingen aning om hur det skulle gå.

Kunderna välldes in. Äntligen fanns det en PT i Örebro. Och inte vilken som helst.

Oscar Turgut är oerhört välutbildad, har licenser på flera olika träningsmetoder och håller sig ständigt up-to-date. Han lever PT-yrket dygnet runt.

– Det måste jag göra för att vara trovärdig. Jag har tre verktyg till min hjälp – jag är välutbildad, jag är lyhörd och läser av kunden och jag använder mina egna erfarenheter.

Bland hans kunder finns människor som varit i botten både fysiskt och psykiskt. Ett rörande exempel är kvinnan som fick stroke för några år sedan och som ingen trodde skulle överleva. Från att inte ha kunnat gå kan hon idag springa tio kilometer i timmen tack vare Oscars hjälp. Ett annat är den gravt överviktiga mannen som började träna, gick ner i vikt och en dag kom fram till Oscar, kramade om honom och sa "tack". När Oscar undrade varför han tackade svarade mannen att han och hans fru äntligen hade kunnat ha haft sex igen eftersom mannen gått ner i vikt.

– Då grät jag.

Förra året, efter 18 år i yrket, fick han en

välfortjänt belöning. På Fitnessfestivalen i Göteborg utsågs Oscar till "Årets PT" och fick ta emot "Guldhjärtat" efter en process som innehåller jurybedömningar och folkets röster.

– Då förstod jag att jag har ett recept som fungerar.

Han är en stor, stark och vältränad man på 100 kilo. Han ser tuff ut, men under ytan märks tydligt en mjukare sida. Självförtroende och ödmjukhet i kombination. Jag frågar rakt på sak om han är en tuff jävel. Han svarar:

– Ja, men jag är inte tuff för sakens skull utan för att det krävs. Jag har kunder som jag måste smeka som en katt och andra som jag matar med taggtråd.

Under vårt samtal har han berättat historier som vittnar om mindre mirakel.

När vi går kan jag inte låta bli:

– Finns det dom som ser dig som Gud?

Han ler:

– Vad är Gud? Nej, men det finns dom som kallar mig "Trollkarlen".



#### Hos ÖBO hela livet

Oscar Turgut har bott hos ÖBO på Södermalm i hela sitt liv. När han föddes bodde familjen på Boskärngatan och flyttade sedan till första våningen på Ekängsgatan 29. När hans lillebror föddes blev det en ny flytt, till porten bredvid, Ekängsgatan 31. Hans föräldrar bodde kvar i den lägenheten. Nyligen flyttade hans mor till Ekängsgatan 27 (Oscars far gick bort 2003). Oscars första lägenhet var på Kungsgatan 52. Som 23-åring flyttade han till Ekängsgatan 29 (bottenvåningen). När han kom hem efter USA-resan (se texten intill) flyttade han på nytt in på Ekängsgatan 29, denna gång högst upp.