

Set-Up Guide Instagram

1. @Handle + (Profil-Name) erstellen

1.2 Neben dem @Handle auch deinen Namen anpassen (Hier kannst du dich positionieren und mitteilen was du machst – Stichpunkte, KEINE Sätze! In 2. Mehr dazu)

1.2.1 Über den „Namen“ kannst du auch in der Suche-Funktion gefunden werden

Bsp.: @Handle: Max.Mustermann

Bsp.: „Namen“: Online-Fit-Coach Max, Abnehm-Coach Max, Sportguru Max

2. Bio anpassen

2.2 Schreibe deine Biografie auf Instagram in Stichwörtern auf

2.2.1 Verwende eine genaue Bezeichnung für deine Positionierung

2.2.1.1 Bsp.: Nach Zielgruppe (Functional Fitness Training, Rückbildungskurse für Mütter)

2.2.2 Verwende Smileys um deine Tätigkeit zu verbildlichen/ verdeutlichen

2.2.3 Angebot umschreiben + Kontaktmöglichkeit aufzeigen

2.2.3.1 Bsp.: Schreibe mir eine DM

3. Instagram Beitrag erstellen

3.2 Achte auf die Bildqualität (1080x1080 = Minimalauflösung, 1080x1350 bestes Seitenverhältnis (damit wird die meiste Bildfläche ausgenutzt) +

3.3 Informativ gestalten

3.3.1 Bsp.: Themengebiete an das Bild anpassen und einen informativen Text verfassen/ Real Life Erfolgsgeschichte, Best Practice, Erfahrungen teilen/ Werbung machen für die eigene Sache

3.4 Hashtags setzen unter den Text oder im Text

3.4.1 Hashtags Bsp.: einen eigenen Hashtag setzen als Eigenwerbung = #onlinefitcoachmax und anschließend themenbezogene Hashtags verwenden (Hilfe-Seite: www.likeometer.co)

3.4.1.1 Versuchen, dass du spezifischere Hashtags als #fitness verwendest

3.4.1.1.1 Nur wenn sich die passenden Lücken im Text für Hashtags anbieten, dann kannst du sie auch dort verwenden

4. Storie-Beitrag erstellen (1-2 Stories täglich)

4.2 Storie Themen können sein: Der eigene Alltag/ Eigene Ernährung/ Eigenes Training/ Besondere Erlebnisse/ Infobeiträge/ Eigenwerbung/ Testimonials/ Beiträge von anderen Leuten zeigen

4.2.1 Worauf ist zu achten: Bei Rede-Stories zur Erklärung die wichtigsten Punkte als Untertitel schreiben/ Bei Videosequenzen auf eine ruhige

Kameraführung achten/ Mit Emojis arbeiten um nochmal zusätzliche Emotionen zu wecken

4.2.2 Storie Highlight erstellen

4.2.2.1 Verschiedene Themenbereiche für Highlights erstellen

4.2.2.1.1 Highlights können privat sein oder auch die eigene Arbeit bspw.

5. Netzwerken auf Instagram

5.2 Folge Accounts, welche ähnliche Themenbereiche bedienen und mit denen interagieren

5.2.1 Starte mit ihnen eine Konversation, reagiere auf Stories und baue Kontakt auf

6. Beste Post/ Beitrag-Zeiten

6.2 Zeiten:

Montags: 19.00 - 22.00 Uhr

Dienstags: 15.00 - 19.00 Uhr

Mittwochs: 15.00 Uhr

Donnerstags: 17.00 - 23.00 Uhr

Freitags: 16.00 - 20.00 Uhr

Samstags: 11.00 Uhr

Sonntags: 17.00 Uhr

7. Beispiel Posting-Wochenplan

Montag: Workout Post, Workout Reel, Workout Video (Instagram Beitrag)

Dienstag: Tipps & Tricks Themenbezogen = Informationen preisgeben und belegen; wer kann visuell gestalten (CANVA) (Storie Beitrag)

Mittwoch: Promotion/ Werbung: Werbung machen für die eigene Sachen = Ankündigung, Testimonial, Erfolgsgeschichte teilen

Donnerstag: Mehrwert bieten: Trainingseinblicke (Gerne mit Erklärung)

Freitag: Optional – Persönlicher Post (Freizeit, Einblicke ins Privatleben)

Samstag: Gründe, warum du mit mir trainieren solltest – BSPW. = SelbstPromo; Erfolgsgeschichte, positive Effekte, Krankheitsbilder

Sonntag: Einblicke in die eigene Arbeit – Kunde zeigen, dass du auch fleißig bist und er Teil von deinem Erfolg ist