



Training ist pure Emotion, Erfolg aber ist «nackte» Zahlen

Sie kennen sicherlich auch dieses eine besondere Gefühl, wenn Sie den letzten Squat, Klimmzug oder diesen einen letzten Sit-up schaffen wollen ... nein MÜSSEN. Der Wille, durchziehen, und der Stolz, das Training «gerockt» zu haben – das ist pure Emotion!

Geht es aber darum, den Trainings- oder sogar den Centererfolg zu bewerten, geht es nur um «nackte» Zahlen, Daten und Fakten. Vor allem in der wirtschaftlichen Bewertung braucht es valide Kennzahlen, anhand derer Politik, Gesellschaft, aber auch Kreditinstitute und Banken den Mehrwert von Unternehmen oder ganzen Branchen konkret erkennen können. Mit den «Eckdaten der Schweizer Fitnesswirtschaft 2023» wurden erneut solche fundierten Kennwerte für die Gesundheits- und Fitnessbranche ermittelt. Wie ist u. a. die aktuelle Situation der Branche? Wie sehen Betreiber ihre Zukunft? Welchen Stellenwert nehmen Training und Gesundheit ein? Das erfahren Sie im Ergebnisbericht zu den Eckdaten ab Seite 22.

In dieser Ausgabe schaut die Redaktion der FITNESS TRIBUNE ausserdem über den «Branchentellerrand» hinaus: Gemeinsam mit Dr. med. Michael Baumberger, Chefarzt des Schweizer Paraplegiker Zentrums, und Daniel Landolt, selbst Paraplegiepatient seit einem schweren Sportunfall, haben wir über die persönlichen und medizinischen Auswirkungen von Querschnittlähmung gesprochen. Wir haben sie dabei auch gefragt, welche Rolle Fitnesstraining und die Erfahrungen als Sportler für den langfristigen Therapieerfolg spielen (ab S. 14).

Gleichzeitig geht es diese Ausgabe aber auch «Back to the roots» mit keiner Geringeren als Kathi Fleig, Inhaberin der David Gym Center. Freuen Sie sich auf ein spannendes Interview über die Anfänge, Entwicklungen und Ziele eines Traditionsunternehmens sowie die persönlichen Erfahrungen einer Branchengrösse (ab S. 6).

Apropos Branchengrösse: Wer in Österreich an Technogym denkt, denkt automatisch auch an Gottfried Wurpes, Gründer und Inhaber von «The Fitness Company». Wie er seit Jahrzehnten Familie, Freunde, Training und Unternehmensleitung unter einen Hut bekommt, verrät er jetzt in seinem Buch «Fitnesslife» (dazu mehr ab S. 50). In der zweiteiligen Interviewreihe

«Gottfried Wurpes – Erfolge, Innovationen, Inspirationen» beleuchten wir sein Leben und sein Wirken (Teil 1 ab S. 42).

Noch ziemlich am Anfang ihrer grossen Reise stehen die Jungs von MAIKAI Fitness Salzburg. Mit einem einzigartigen Fitnesslevelsystem motivieren die beiden Österreicher bereits in drei Centern ihre Mitglieder. Wir haben mit ihnen über das «Andere» an ihrem Konzept, ihre Vision und auch ihre grossen Zukunftspläne gesprochen.

Neben diesen spannenden Interviews dürfen Sie, liebe Leserinnen und Leser, sich erneut auf informative und topaktuelle Fachartikel freuen. Beispielsweise widmet sich Jonas Ambühl ab Seite 88 in seinem Artikel «Kontinuität = Effektivität» der Frage, wie die Regelmässigkeit des Trainings die Kundenbindung beeinflussen kann. Ein positiver Faktor von regelmässigem Training ist u. a. die Verringerung des Stresslevels. Wieso das überhaupt funktioniert, erläutert Sara Martinovic in ihrem Fachbeitrag «Bewegung gegen Stress» ab Seite 76.

Lesen Sie in dieser Ausgabe wichtige Beiträge zu Zahlen, Daten und Fakten rund um Fitnesstraining, sodass auch Ihre Trainierenden durch kompetente Beratung ein Training mit puren Emotionen geniessen können.

Viel Spass beim Lesen
Ihre FITNESS TRIBUNE

Anzeige



Outdoorplatten + Outdoorpuzzle

Der Outdoorbelag mit der leicht zu verlegenden Puzzleverzahnung besteht aus elastischem Gummigranulat. Als Highlight ist eine Puzzleplatte mit Kunstrasen-Oberfläche lieferbar.

Der 20 mm starke Belag wird auf Beton, Holz o. Teer lose verlegt und im Winter einfach wieder aufgenommen und eingelagert.

www.sportbelag.eu
> 24. Outdoor-Sportböden

Prospekte + Preise unter:

morgenroth SPEZIAL-BELÄGE

Hofer Str. 13
D 95632 Wunsiedel
Fon 09232-991544
info@morgenroth.eu

Unser Lieferprogramm:
Elastische Sportbeläge aus Gummi für Trainings-, Kurz- und Langhantelbereiche