



Roger A. Gestach

Muskeltraining an den Geräten: Das Alleinstellungsmerkmal der Fitnessbranche!

Ich habe gehofft, dass der «Corona-Spuk» grösstenteils vorbei ist, wenn ich dieses Editorial schreibe. Leider ist dem nicht so und wir müssen uns darauf einstellen, dass uns dieses Virus noch eine Weile beschäftigen wird.

Die Fitnesscenter und ihre Industrie wurden bisher sehr unterschiedlich von dieser Krise getroffen. In einigen Fällen sehr extrem, teils existenzbedrohend und andererseits gab es aber auch Firmen die bisher glimpflich davorkamen oder sogar profitieren konnten. Einen kleinen Überblick, wem es bisher wie ergangen ist, finden Sie in meinem Kommentar.

Gleich drei spannende Interviews enthält diese Ausgabe: Einerseits mit Alfred Enzensberger, Gründer und CEO von clever fit und andererseits mit Thomas Küttner, Managing Director bei basefit.ch. Das dritte Interview habe ich mit Roger Erni, Geschäftsführer der IG Fitness Schweiz, geführt. Wer meint, die IG Fitness vertrete nur die Interessen der grossen Ketten, täuscht sich. Eine spannende News hat uns noch kurz vor Redaktionsschluss erreicht: Rainer Schaller, McFIT-Gründer und Erfinder des Discount-Fitness übernimmt mit seiner RSG Group die Kultmarke Gold's Gym.

Gleich zwei spannende Events finden hoffentlich schon bald statt: Der BranchenTag des SFGV und BGB in Bern, an dem auch Nichtmitglieder und sogar Kurzentschlossene willkommen sind, ist der Event des Jahres der Schweizer Fitnessbranche. Und dann das wohl coolste Netzwerktreffen, das Mountain Move in Arosa. Dieses Jahr mit Wanderschuhen statt Skiern. Hoffen wir, dass diese beiden Anlässe dann auch stattfinden können, nachdem bereits viele prominente Anlässe aufgrund der Corona-Massnahmen abgesagt werden mussten, jüngst leider auch die FIBO (neu Online). Der beliebte Aufstiegskongress der bisher jeweils in Mannheim stattgefunden hat, findet dieses Jahr nur Online statt, dafür für alle kostenlos.

Der Lockdown hat es gezeigt: Trainieren im Fitnesscenter ist nicht systemrelevant! Die Botschaft, dass Bewegung alleine nicht ausreichend ist, sondern ein gezieltes Muskeltraining enorm wichtig ist, ist leider noch nicht angekommen in der breiten Bevölkerung. Und dort wo die Botschaft angekommen ist, heisst es nicht automatisch, dass Muskeltraining im Fitnesscenter absolviert werden muss, schliesslich kann man auch draussen trainieren, es gibt Heimgeräte

und seit Corona ist auch Online-Training gefragt. Wozu braucht man dann eigentlich die Fitnesscenter?

Unsere Branche hat es leider verpasst, ihren grössten USP nach aussen zu tragen und dieses Alleinstellungsmerkmal ist folgendes: Das Muskeltraining an den Geräten! Nirgends kann die Muskulatur so gezielt, so sicher, so effektiv und so effizient trainiert werden wie im Fitnesscenter! Diese Botschaft ist draussen noch nicht angekommen! Leider sind teilweise die Fitnesscenter auch selber schuld daran, dass diese wichtige Message noch zu wenig verbreitet ist. Ein Beispiel: Viele Fitnesscenter bieten Ernährungsvorträge an. Nichts gegen Ernährungsvorträge, aber Vorträge mit den folgenden Themen wären ebenso wichtig, zum Beispiel: «Wie trainiere ich richtig?», «Wie bleibe ich dank Muskeltraining bis ins hohe Alter fit?» oder «Die Vorteile eines gerätegestützten Trainings». Mehr zu diesem Thema finden Sie im spannenden Artikel von Andreas Bredenkamp.

Viel Spass beim Lesen, Ihr

Roger Gestach