



Roger A. Gestach

J'avais espéré que le «spectre du corona» serait pour la plus grande partie passé quand j'écrivais cet éditorial. Malheureusement, ce n'est pas le cas et nous devons nous faire à l'idée que ce virus nous donnera du fil à retordre pendant quelques temps encore.

Les centres de fitness et leur industrie ont été jusqu'à maintenant touchés de très diverse manière par cette crise. Dans certains cas, de manière très extrême, en partie menaçant leur existence, et d'autre part, il y a également eu des entreprises qui s'en sont tirées à bon compte ou même qui en ont profité. Vous trouverez une petite vue d'ensemble de la situation dans mon commentaire.

Ce numéro présente trois interviews intéressantes. L'une avec Alfred Enzensberger, fondateur et CEO de cleverfit et l'autre avec Thomas Küttner, Managing Director chez basefit.ch. J'ai fait moi-même la troisième interview avec Roger Erni, chef de société de l'IG Fitness Schweiz. Ceux qui croient que l'IG Fitness ne défend que les intérêts des grandes chaînes, se trompent. Nous avons reçu une nouvelle très intéressante juste avant la fermeture de la

Musculation aux appareils: Le signe particulier de l'entraînement en solitaire de la branche de la fitness!

rédaction : Rainer Schaller, fondateur de McFITet inventeur du Discount-Fitness reprend avec son groupe RSG la marque culte de Gold's Gym.

J'espère que deux événements intéressants au moins auront lieu: le jour de la branche du SFGV et BGB à Berne, auquel même ceux qui n'en sont pas membre et ceux qui se sont décidés à la dernière minute peuvent participer, c'est l'événement de l'année de la branche de fitness suisse. Et ensuite la rencontre de réseau la plus cool, le Mountain Move à Arosa. Cette année, il a lieu avec des chaussures de marche au lieu des skis. Espérons que ces deux événements pourront vraiment avoir lieu, après que beaucoup d'événements aient dû être annulés à cause des mesures contre le corona, récemment encore aussi la FIBO. Ce congrès pour les débutants très apprécié avait eu lieu à Mannheim, il aura lieu cette année seulement Online mais pour la peine, il sera gratuit.

Le confinement nous l'a montré: l'entraînement au centre de Fitness ne dépend pas du système ! Malheureusement, le message selon lequel bouger seulement ne suffit pas, mais qu'un entraînement de musculation spécifique est très important, n'est pas encore arrivé dans les chaumières. Et là où ce message est arrivé, cela ne signifie pas automatiquement que la musculation doit être faite au centre de fitness, car finalement, on peut s'entraîner aussi dehors, il existe

des appareils pour les particuliers et depuis le corona, l'entraînement online est également demandé. A quoi servent encore les centres de fitness?

Malheureusement, notre branche a raté le coche pour représenter son grand USP par rapport au public et le signe particulier de l'entraînement individuel est le suivant : L'entraînement de musculation aux appareils! Nulle part ailleurs, on ne peut entraîner la musculature de manière si sûre, si efficace et si valable qu'au centre de fitness! Ce message n'est pas encore entré dans les crânes des gens. Malheureusement, les centres de fitness eux-mêmes sont la cause de ce que ce message ne soit pas plus répandu. Voici un exemple: De nombreux centres de fitness offrent des conférences sur l'alimentation. Nous n'avons rien contre cela mais des conférences sur les thèmes suivants seraient plus importantes: «comment s'entraîner correctement?», «comment je peux rester en forme jusqu'à un âge avancé grâce à l'entraînement musculaire?» ou «les avantages d'un entraînement sur appareils». Vous en apprendrez plus sur ce thème dans l'article si intéressant d'Andreas Bredenkamp.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à la lecture!

Roger Gestach

Annonce

**NOUS RECHERCHONS
DES CLUBS DE FITNESS
PARTOUT EN SUISSE!**

Prêt à donner le témoin ?

Nous recherchons des clubs de fitness avec les critères suivants:

- une zone attenante avec au moins 20.000 personnes
- Env. 1.000 à 2.000 m² de surface

N'hésitez pas à nous contacter: expansion@basefit.ch

WWW.BASEFIT.CH

basefit.ch
WIR SIND FITNESS