

## Fitness-Einrichtungen

### Die Ausstattung entscheidet immer öfter über den Erfolg!

Der Trend zum Körperkult und Belohnungen etlicher Krankenkassen für gesundheitsbewusste Lebensführung versetzen Deutschland in Bewegung. Rund 5,4 Millionen Menschen sind in einem der über 6.500 kommerziellen Fitness-Studios organisiert. Doch jedes dritte Mitglied eines professionellen Fitness-Studios ist unzufrieden. Schlecht ausgebildetes Personal, alte Geräte und einseitige Verträge verärgern die Nutzer. Dies ist das Ergebnis einer Untersuchung der Stiftung Warentest.



Neben „klassischen“ Fitness-Angeboten wie Aerobic, Step-Aerobic, Bauch-Beine- Po-Kursen erfreuen sich gerade in den letzten Jahren die gesundheitssport-orientierten Angebote, wie Wirbelsäulen- Gymnastik, Rückenschule und Herz-Kreislauftraining immer größerer Beliebtheit. Auch konzentrativ-meditative Bewegungsangebote, wie Taiji, QiGong, Yoga oder Feldenkrais finden regen Zulauf.

Dabei bekommen kommerzielle Fitness- Studios zunehmend Konkurrenz durch Sportvereine. Vor allem fitness- und gesundheitsorientierte Sportangebote lassen die Mitgliederzahlen in den Vereinen wieder steigen. Bevor ein Verein jedoch eine Fitness-Einrichtung integriert, sollte die Zielrichtung festgelegt werden und eine objektive Bedarfsanalyse erfolgen. Darüber hinaus müssen Anforderungen wie Raumgröße und -höhe, Deckentraglasten, ausreichende Beleuchtung und Belüftung, passende Bodenbeläge, genügend Parkplätze sowie rechtliche Aspekte bei der Planung berücksichtigt werden. Generell kann man zwei Zielrichtungen unterscheiden:

#### 1. Gesundheits- und Rehabilitationssport

Ein Studio mit dieser Ausrichtung spricht stärker gesundheitsorientierte Menschen an. Das beeinflusst die Auswahl der Geräte.

#### 2. Fitness- und Breitensport

Dieser Bereich zielt mehr auf das "klassische" Fitness-Publikum. Der Schwerpunkt liegt bei den Kraftgeräten.

Für beide Bereiche ist ausgebildetes Personal von zentraler Bedeutung. Neben sozialer Kompetenz und Empathie ist im kommerziellen Studio und im Sportverein die fachliche Qualifikation entscheidend. Qualifizierte Ausbildungen bieten der Niedersächsische Turner-Bund (NTB) und die Lehrgänge der Turn- und Sport- Fördergesellschaft (TSF).

Grundsätzlich lassen sich Trainingsgeräte in drei Kategorien einteilen:

- Geräte für den Heimbedarf
- Geräte zur semi-professionellen Nutzung
- Professionelle Studiogeräte

Die für Ihre Einrichtung passende Kategorie wählen Sie anhand der Nutzungsart, -häufigkeit und -intensität. Auf folgende Kriterien sollten Sie bei der Geräteauswahl unbedingt achten:

- Korrekte Ergonomie der Geräte
- Wartungsarmer und sicherer Betrieb
- Ersatzteilservice
- Qualität und Verarbeitung
- Einfach zu handhabende Computerdisplays bei Cardio-Geräten
- Widerstände und Gewichte dosierbar, auch in der Feinabstufung.

Beim Gerätekauf gilt: Bekannte Marken haben ihren Preis, Design kostet extra. Überlegen Sie daher im Vorfeld, was Sie für Ihre Zwecke benötigen. Sport-Thieme als Spezialist für Gesundheits- und Fitness-Studios jeder Kategorie bietet ein ausgewogenes Sortiment. Preis und Qualität der Geräte sind speziell auf Vereine, behördliche Institutionen und Betriebssportgruppen abgestimmt.

Das Sport-Thieme Kompetenzteam unterstützt Sie gern bei der Planung, prüft Ihre Anforderungen und ebnet Ihnen damit den Weg zum Erfolg. **Jetzt kostenlos anfordern:** Der Sport-Thieme- Leitfaden zur Einrichtung eines Gesundheits- und Fitness-Studios: Bestell-Code: **11 ZLEFIS Gratis!**

