

SÜDBADENS FITNESS-SZENE AGIERT AUF HOHEM NIVEAU:

Wo der Herr Direktor trainiert...

Im Breisgau weiß man ganz offensichtlich nicht nur zu genießen, es gibt auch eine rege Fitness- und Wellness-Szene. Wie Freizeit genutzt werden kann, wissen die Südbadener durch ihre entspannte Lebensauffassung ohnehin, für nicht wenige

gehören Bräglele und Radtour, Wellness und Schorle und eben auch Fitnessstudio und gut Ausgehen zu ein und derselben Medaille.

Das zeigt sich nicht nur bei den klassischen Fitness-Centern, die sich weit

weg von der alten Muckibude mit Pulvershake entfernt haben: Neben den bundesweiten Filialisten sind es in Freiburg Namen wie „Fitness Gym“, die Pionieren waren in Sachen Vielseitigkeit, der „Sportpark“ mit einem Zusatzangebot von Squash bis Schwimmen oder das „Rückgrat“, dessen Angebot für körperliche Stabilität mit Wellness gerade in Denzlingen eine weitere Expansion erfährt. Alles nicht billig, aber mit qualitativ angemessenen Angeboten, die die Fitness-Wünsche von Studenten bis zum gehobenen Mittelständler alle abdecken.

Das mit Abstand außergewöhnlichste Angebot findet sich jedoch derzeit in der Freiburger Wiehre im Souterrain einer Jugendstil-Villa: Dort hat Moyé Kolodin in der Goethestraße vergangenes Jahr „Ars Athletica“ eröffnet, wo sich futuristisches Gerät, minimalistische Atmosphäre und klassische Musik zum wohl Exklusivsten vereinen, was der Freiburger Gesundheitsmarkt gerade zu bieten hat.

Bei den Übungen des sogenannten „EMS“-Trainings werden bekannte Fitnessübungen – auch Kniebeugen und Liegestützen zählen dazu – mit

Foto: Ars Athletica



einer verkabelten Trainingsweste ausübt, die die Muskeln noch zusätzlich stimuliert. „EMS“ steht übrigens für „Elektronische Muskel-Stimulation“. 15 Minuten pro Woche seien ausreichend, sagt die EMS-Lehre, die kein kurzlebiger Trend ist, sondern seit 40 Jahren existiert. Kolodin hat sich gefreut, als er seine Geräte dieser Tage im Trainingslager der Fußball-Nationalmannschaft gesehen hat, beim FC Bayern und Doc Müller-Wohlfahrt stehen sie schon lange.

EMS gibt es an drei Orten in Freiburg, Kolodin hat das Training aus Solarium-ähnlichen Schaufenster-Studios in eine andere Welt gebracht: An der Wand hängen Bilder eines New Yorker Künstlers, die werden regelmäßig getauscht, sagt er. Es gebe lediglich zwei Plätze, an denen gleichzeitig und individuell betreut trainiert werden kann, der Service schließe Funktionskleidung und Handtücher ein, die „Teilnehmer“, wie die Trainings-Kundschaft hier heißt, seien ohne Vertragsbindung und auf Empfehlung hier.

Kolodin sagt, dass darunter auch Unternehmer und bekannte Persönlichkeiten



Fotos: Kur und Bäder GmbH

der Region seien. Nicht, weil sie das Elitäre suchten – der Preis für regelmäßige Teilnahmen bewegt sich knapp über einer Mitgliedschaft in einem Studio. „Aber wenn Sie den ganzen Tag mit 400 Mitarbeitern zu tun hatten, sehnen Sie sich beim Training nach etwas Ruhe“, so Kolodin, der aus einer bekannten Freiburger Musikerfamilie stammt und selbst ausgebildeter Konzertpianist ist.

Man muss aber eigentlich kein Firmenchef sein: Wer die aufdringlichen „Wir vermessen Sie“-Anrufe von seinem eigenen Studio kennt und sich dann in einer zugestellten Trainingshalle wieder findet, der sehnt sich durchaus nach einem etwas ruhigeren, persönlicheren Zugang, wie es „Ars Athletica“ bietet. Ohne Chi-Chi, aber in einem Ambiente, das zwischen Hotel-suite und Villa liegt.

L+D Personal-Service

In vielen mittelständischen Unternehmen ist Personalsuche Chefsache. Wir unterstützen Sie aktiv bei der administrativen Abwicklung der Personalsuche und sorgen für Entlastung.

Der L+D-Personalservice bietet Ihnen u.a.:

- + Entwurf, Formulierung und Schaltung von Stellenanzeigen
- + Unterstützung bei der Mediaplanung für Print und Online
- + Verfassen von Eingangsbestätigungen, Zwischenbescheiden, Absagen
- + Auswahl geeigneter Bewerber/innen
- + Vorbereitung zur Einladung zum Vorstellungsgespräch

www.personalservice-ld.de

**MBERGER
+DILGER**



Damit Sie eine bessere Wahl treffen.