

Fitnesstrends im Kursraum

... und was halten Sie für die kommenden Trends?

Pierre Ammann,
Geschäftsführer education in mOve



Wenn ich „Trend“ als eine Entwicklung in die Zukunft definiere, so glaube ich, dass sich das Gruppentraining auf die Zielgruppen der Übergewichtigen, auf die Jugendlichen, die Ruhe- und Entspannungssuchenden, die Senioren und die Rückenpatienten entwickeln wird. Verstehe ich unter „Trend“ Kurse, die erfolgreich besucht werden, so sind dies Yoga, Pilates, Mental Centering, Hot Iron, Rückentraining, Fila Kick Power und nach wie vor Bauch-Beine-Po-Stunden. Spannend zu beobachten ist, dass eine Verlagerung von Gruppenfitness in den Fitnessraum stattgefunden hat. Diese Entwicklung hält nach wie vor an und wird zukünftig weitergehen.

**Heinz Thürig,
Geschäftsführer S.A.F.S AG**

Die Lektionsangebote sind extrem vielfältig und komplex. Alles anzubieten stellt grosse qualitative und koordinative Anforderungen an die Gruppenfitness-Leitung und die Instruktoren. Es ist praktisch unmöglich, überall die gleiche Qualität sicherzustellen. Deshalb werden die Centerbetreiber, um



Rekrutierung und Einsatzplanung zu vereinfachen, ihre Angebotspalette gezielt reduzieren. Um die grosse Masse anzusprechen, bilden inhaltlich klar erkennbare und einfache Lektionsformen, wie zum Beispiel Langhantellektionen, mit spürbarem Erfolg für die Teilnehmenden, das Schwergewicht von erfolgreichen Gruppenfitness-Lektionen. Instruktoren, die den Fokus auf den Kunden richten, werden volle Klassen haben. Gruppenfitness-Leiter, die aus dem eigenen Umfeld Nachwuchsinstruktoren rekrutieren und fördern, werden Marktvorteile haben – dank grösserer Identifikation mit dem Center.

**Lucia Nirmala Schmidt,
Geschäftsführerin BodyMindSpirit**



In der heutigen Gesellschaft ist die Zeit immer knapper bemessen und die Ansprüche werden stetig höher. Dementsprechend wird der Wunsch nach einem effektiven und unkomplizierten Training immer grösser. Der Schlüssel liegt also in der Einfachheit. Bewährtes und Bekanntes mit neuen Inhalten füllen, ihnen mehr Tiefe geben und dabei mit einem angemessenen Zeitaufwand das Maximum herausholen – dafür braucht es kompetente Teacher, die mit viel Natürlichkeit, Fachwissen und Herz begeistern. Für viel Aufmerksamkeit wird das innovative FlowTonic® sorgen. Es vereint geschmeidig-kraftvolle und fliessende Bewegungen. Bei Body&Mind-Programmen paart sich äussere Stärke mit innerer Kraft und Ausgeglichenheit. Dies lässt im Alltag gelassener werden, schenkt Ausdauer und den nötigen Schwung, um die Aufgaben, die das Leben an einen stellt, zu meistern. Deshalb bleiben sie weiterhin aktuell.

Karin Albrecht, Geschäftsführerin star – school for training and recreation

Was wir beobachten ist, dass die Teilnehmer ruhige, effiziente Trainingsstunden sowie gute Toning-Lektionen suchen. Wir haben uns auf dieses Bedürfnis hin mit Antara® und Gymstick bereits gut positionieren können. Beide Produkte wurden ausgezeichnet angenommen, da sie nicht nur



neu sind, sondern Freude machen und nachhaltige Erfolge versprechen. Besonders der Erfolg für das Antara®-Konzept hat uns überwältigt. Innert einer halben Jahren haben wir fast 200 Antara-Trainerinnen und Trainer ausbilden können – und es werden noch mehr gesucht. Insgesamt sehen wir im Groupfitnessbereich weiterhin gute wirtschaftliche Entwicklungsmöglichkeiten – für uns als Schule, für die Fitnesscenter sowie für Trainerinnen und Trainer. □