



ENERGIE FOLGT DER AUFMERKSAMKEIT!

Oder um es mit einer Weisheit aus Fahrtechniktrainings auszudrücken: man fährt dorthin, wo man hinschaut. Simpel, aber oft in der Praxis nicht leicht umsetzbar. Und doch haben beim Branchentreffen der oberösterreichischen Fitnessbetriebe die TeilnehmerInnen diese Idee zum Motto gemacht und sich selbst aufgetragen, über Lösungen und Ideen zu diskutieren und nicht in ein gemeinsames Jammern zu verfallen. So war die Stimmung im Palais kaufmännischer Verein in Linz sehr gut und der vorsichtige Optimismus hat überwogen. Freilich wurde auch über Betriebe diskutiert, welche durch die

Krise in eine Schräglage gekommen sind. Im Vordergrund standen aber die Zukunft und die Möglichkeiten zur Unterstützung. In Wahrheit sind die österreichischen Fitnessbetriebe mit ihren 1,2 Millionen Trainierenden Teil der generellen Lösung. Denn - da ist man sich einig - gezieltes Muskeltraining stärkt das Immunsystem und damit die Abwehrkräfte des Körpers. Das ist auch langfristig ein wesentlicher Baustein in der Vorbeugung gegen sogenannte Volkskrankheiten.

Was kann jeder einzelne Betrieb tun, wo ist die Branche gefordert?

Es wurde ausführlich berichtet, dass

sich jeder einzelne Betrieb überlegt, was er beitragen kann, um seinen Mitgliedern Sicherheit zu geben und Innovationen zu realisieren. Viele haben die Zeit für Veränderungen genutzt, wir haben an dieser Stelle berichtet, alle haben in die zusätzliche Sicherheit investiert. Die erarbeitete Vorlage für die allgemeinen Geschäftsbedingungen wurde vorgestellt und das gibt den Betrieben Rechtssicherheit. Wichtig ist aber auch die Interventionen auf Regierungsebene, wo die gesamte österreichische Branche unisono folgende drei Dinge von der Politik fordert: Erstens die Senkung

Christian Prechtl ist ehemaliger Spitzensportler, Branchensprecher der WKO, Mitinitiator des QUALITY FITNESS Gütesiegels und Inhaber zweier INjoy-Fitnessstudios in Eferding und Ried.



der Mehrwertsteuer für die Mitgliedsbeiträge auf 10%, zweitens die Abschreibefähigkeit für Firmen im Rahmen der Firmenfitness ohne Sachbezug für die MitarbeiterInnen und drittens die Absetzbarkeit von Fitnessbeiträgen im Einkommenssteuerbescheid zur Förderung der aktiven Gesundheitsvorsorge der Menschen. Die Realisierung dieser Punkte wird dazu führen, dass es Chancengleichheit am Markt gibt. Viele sind hier deutlich bessergestellt, zum Beispiel Veranstalter, Vereine oder wichtige Dienstleister, wie Physiotherapeuten und Gastronomen. Es geht um Hilfe zur Selbsthilfe für die Fitnessbranche.

Corona, die Presse und die Fitness Branche!

Sehr intensiv wurde auch das Thema der vielen Falschmeldungen in der Presse besprochen und wie man damit umgehen kann. Es wurden in den letzten Wochen oft über Coronafälle in Fitness Studios berichtet. Man kann sich der These nicht entziehen, dass es für die Medien immer interessanter ist „bad stories“, also negative Geschichten, zu schreiben, als wirklich gut recherchierten Journalismus zu betreiben. Es ist ein Fakt, dass es in Oberösterreich keinen einzigen Cluster mit Ausgang in einem Fitness Studio bislang gegeben hat. Dies ist auf die guten Hygienemaßnahmen in

den Studios und die Disziplin der MitarbeiterInnen und MitgliederrInnen zurück zu führen. Darauf ist man stolz in der Branche. Dies gilt auch für Gesamtösterreich und nach einem Rundruf von Christian Prechtl, Branchensprecher OÖ, hat sich gezeigt, dass es zwar vereinzelt Testungen gegeben hat, wo Menschen, welche auch in einem Studio trainierten, positiv getestet wurden, aber es kann nicht von Clustern die Rede sein, welche von dort ausgegangen sind. Spannend waren auch die Gerüchte rund um die neue Verordnung mit lediglich 10 Trainierenden in einem Raum. Nach einigen Rückfragen und Interventionen durch die Branchenvertreter hat sich die Situation dann beruhigt, da doch noch das Raumvolumen in die Verordnung mit eingeflossen ist.



Dr. Robert Steiner, Fachgruppengeschäftsführer der Wirtschaftskammer für Sport und Freizeit, Petra Riffert, Obfrau der OÖ Freizeit- und Sportbetriebe und Christian Prechtl, Branchensprecher der Fitnessbetriebe: „Dieser Branchentreff der Fitnessbetriebe hat wieder einmal eindeutig die Wichtigkeit solcher Plattformen gezeigt. Erfahrungen auszutauschen, voneinander zu lernen und gemeinsame Initiativen zu starten sind wesentlich.“

Von Muskeln und Mäusen!

Die alten Römer machten sich bereits Gedanken über die „Dinger“, welche sich so lustig unter der Haut bewegen und taufen die Muskeln „Muskulus“, was nichts anderes als „Mäuschen“ bedeutet. In einem spannenden Vortrag von Dr. Andreas Stippler, dessen Grundlage das Buch „Kluge Muskeln“ von ihm und Dr. Norbert Regitnig-Tillan ist, stellte er launig die Bedeutung unserer Muskulatur in den Mittelpunkt seines Referates. Die Mäuschen haben es sehr intensiv in sich und sind sicherlich eines der meistunterschiedlichen Organe. Er sprach über die Aktivierung der Muskeln und die Auswirkung auf den Körper, sodass zum Beispiel durch aktives Training ein 60jähriger Mensch seinen Körper wieder auf den Status eines 30jährigen bringen kann und durch die produzierten Botenstoffe nicht nur klüger

FOTOS: WKOÖ, SHUTTERSTOCK



Muskeltraining ist die beste Investition in die Gesundheitsvorsorge!

wird, sondern seine Haut um 20 Jahre verjüngt. Interessant waren auch die Ausführungen über die Liebesromane zwischen Eiweißstoffen, die an die Geschichte von Romeo und Julia erinnerten. Nachzulesen ist dies, und noch viel mehr, im Buch.

Der Weg in die nächste Apotheke ist kürzer als man glaubt!

Über die körpereigene Abwehr mit seinem raffinierten System referierte Christian Prechtl, Branchensprecher Oberösterreich. In seinem Vortrag hat er an den wissenschaftlichen Erkenntnissen angeschlossen, welche erstmals 1988 beschrieben wurden. Irwin Rosenberg schrieb damals: „Kein Niedergang mit dem Alter ist dramatischer und funktionell bedeutsamer als der Rückgang der Muskelmasse. Warum haben wir darauf nicht mehr

Aufmerksamkeit gelegt?“ Heute wissen viele, wie wichtig es ist, die Muskeln zu stärken. Die Ausbildung der Muskulatur erreicht mit dreißig Jahren den Höhepunkt, danach bilden sie sich laufend zurück. Prechtl erklärt auch die Vorgehensweise in seinen Studios, dort werden Menschen direkt durch gezielte Fachvorträge darüber informiert, wie sie mit kleinen Schritten einen großen Beitrag zur perfekten Bestückung ihrer „Körperapotheke“ leisten können. Das geht über das gezielte Muskeltraining, aber natürlich spielen auch eine ausgewogene Ernährung, ausreichend Schlaf, möglichst wenig Stress und genügend Zeit mit der Familie und Freunden eine Rolle.

Gemeinsam statt einsam!

Dieses Credo hat es in sich. Es war

ein äußerst konstruktives Treffen, auch dank der großen Anzahl von anwesenden Fitnessstudio-BetreiberInnen. Ihnen gebührt ein großes Dankeschön, besonders freut sich der Branchensprecher darüber, dass es weitere Interessenten am oberösterreichischen QUALITY FITNESS Gütesiegel gibt und sich Betriebe der Zertifizierung stellen. Er verbindet dies mit dem Appell, dass sich weitere Interessenten bei Mag. Dietmar Schönfuss, Wifi Zertifizierungsstelle, telefonisch unter +43 590 900 5066 oder per E-Mail an dietmar.schoenfuss@wko.at, melden sollen. Die Teilnahme ist eine einzigartige Chance zur positiven Positionierung. Es hat sich auch schon ein Nachbarbundesland sehr interessiert gezeigt. Das sind schöne Signale für eine gute Zukunft der Branche.

