

Fitnessanbieter sind fett im Geschäft



Foto: Niklas Stadler

Wien wartet mit einem breiten Sportangebot auf. Ist es noch möglich, hier Fuß zu fassen und wie lautet das Erfolgsrezept, um in diesem Fitness-Dschungel zu überleben?

Von A wie Aikido bis Z wie Zumba – in der Donaumetropole gibt es nichts, was es nicht gibt. 72 anerkannte Sportarten sind gemeldet. Das Einzige, was einem an Bewegung hindern kann, ist hier wohl der innere Schweinehund. Das Angebot der 240 Fitnessbetriebe reicht vom Billiganbieter ab 19 Euro bis zu 200 Euro im Monat, wo dann Training im exklusiven Ambiente stattfindet. Bei diesem Preis enthalten: Wellnessbereich mit Sauna, Schwimmbad, Whirlpool, Getränke, Trainer-Einheiten, diverse Gruppenkurse. Erspart bleibt einem aber nicht, die Gewichte selbst zu stemmen. Ein unabhängiges Kommen und Gehen machen Fitnessstudios für jene attraktiv, die flexibel die Hantel drücken wollen. Doch die Anbieter haben starke Konkurrenz. Sie lauert im Internet.

Die Fitnessbranche hat durch Corona einen richtigen Schlag abbekommen. Die Studios mussten zusperren. Kurse konnten

nicht mehr vor Ort stattfinden. Viele Wiener wichen auf kostenloses Online-Angebot aus. Bis heute boomen die Fitness-Influencer. Eingesessene Studios wie das Top Gym in Heiligenstadt und das Shinerger Base in der Josefstadt sperrten nach Jahrzehnten in den vergangenen Monaten zu. Gründe: ausbleibende Neuzugänge, enorme Steigerung der monatlichen Energiekosten.

Auch wenn das Online-Angebot schier unendlich wirkt, gibt es einen Haken: „Meist kommentarlos wird hier das Training vorgestellt. Ob die Übung richtig durchgeführt wird, prüft keiner. Genau da liegt unsere Expertise! Sämtliche Übungen werden von unseren Trainerinnen vorgezeigt, mit den Kundinnen eingeübt und dem Fitnesslevel angepasst. Auch während der Stunde wird auf eine korrekte Ausführung großer Wert gelegt“, erklärt Saye Vedrilla, die seit fünf Jahren das Frauenfitnessstudio Sayyes am Heumarkt betreibt.

Web
We are June:
wearejune.at

Sayyes:
sayyes.at

Fame Boxing:
fame-boxing.com

MyClubs:
myclubs.com



Foto: BIRGIT CHYTRACEK

Boxen im Club-Ambiente steht bei Fame Boxing am Stubenring im Mittelpunkt.



Foto: Fame Boxing

Weitere Expertise gibt es bei Personalstunden für Frauen und Männer. Um noch mehr Hobbysportlerinnen ihr Training anbieten zu können, ist die Unternehmerin Teil von MyClubs.

Bei diesem Sportabo (ab 39 Euro pro Monat) kann man aus einem Pool an Kursen und Fitnesscentern auswählen. Österreichweit sind tausend Anbieter gelistet.

Auch der Sportclub Fame Boxing spricht mit diesem Angebot zahlreiche Kunden an. Bei Disco-Atmosphäre und intensivem Training können sich die Teilnehmer hier so richtig auspowern. „Unser Angebot wird so gut angenommen, dass wir im Herbst unseren zweiten Standort eröffnen können“, so Gründerin Ramona Reiner.

Das Sportangebot in Wien ist aber noch nicht ausgeschöpft: Neu in der Szene ist das Pilates-Studio We are June in der Reichsratsstraße. „Man findet bei uns Klassen mit cooler Musik, die einen mitreißt und herausfordernden Übungen, die nicht nur den Körper, sondern auch den Kopf beanspruchen. Der Alltag wird so für eine Stunde komplett vergessen“, erklärt Julia Fodor, eine der drei Gründerinnen.

Für weitere Fitness-Anbieter ist noch Platz in Wien, sind sich die drei Experten sicher. Was ist dafür nötig? „Eine gute Idee, von der man überzeugt ist und in die man laufend harte Arbeit steckt“, fasst Saye Vedrilla das Erfolgsrezept von Sportanbietern zusammen. ■

So viel Sport ist gesund

„Ideal sind zwei, drei Trainingseinheiten pro Woche, die auch langfristig in den Alltag integrierbar sind. Ich empfehle Übungen für den gesamten Körper mit gleichmäßiger Belastungsverteilung. Anfänger sollten langsam und schrittweise starten. Erfahrene Trainer oder Physiotherapeuten können zur Unterstützung hinzugezogen werden“, erklärt Nikola Trnavsky, Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie und

Allgemeinmediziner. Worauf sollte man noch achten? „Wichtig ist, eine passende Sportart zu finden, die Spaß macht und individuellen Bedürfnissen und Zielen entspricht. Achten Sie auf den eigenen Körper, die richtige Technik und Haltung sowie Warnsignale wie Schmerzen oder Überanstrengung, um Verletzungen zu vermeiden und die Freude am Sport zu erhalten“, so der Mediziner, der in der Leopoldstadt ordiniert.



Orthopäde Nikola Trnavsky

Foto: Ordination Karmelitenviertel

SONDERTHEMENJOURNAL DER MEDIAPRINT

WIRTSCHAFT

**Kronen
Zeitung**

JUNI 23

in Wien

**DIE ZUKUNFT IST AUF
FERNWARME GEBAUT**

**„MADE IN VIENNA“
DER SOMMER KOMMT**

Boxen & Co.

**DIE FITNESS-BRANCHE
AUF NEUEN PFADEN**

Die Stadt lockt mit einem breiten Angebot

**Kronen
Zeitung**
epaper