



Brigitta Lenhard vom Fitness- und Gesundheitscenter Gymnasion präsentiert dem Rastatter Wirtschaftsförderer Torsten von Appen (links) und dem CDU-Landtagsabgeordneten Alexander Becker ein Konzept für Fitnessstraining in Corona-Zeiten (Foto links). Derzeit werden kostenlose Onlinekurse angeboten – mit teils mehr als 100 Teilnehmern (Foto rechts). Fotos: Vetter

## Training in der desinfizierten Einbahnstraße

Gymnasion stellt politischen Entscheidungsträgern mögliches Konzept zur Wiedereröffnung vor

**Rastatt** (fuv) – Seit Mitte März ist das Fitness- und Gesundheitscenter Gymnasion in Rastatt im Corona-Lockdown. Derzeit werden Teile umgestaltet und saniert, zugleich bereitet man sich auf eine mögliche Wiedereröffnung vor. Wie das „Gym“ ein Fitnessstraining unter Einhaltung von Abstands- und Hygieneregeln ermöglichen will, das erläuterte Geschäftsführerin Brigitta Lenhard gestern bei einem Vor-Ort-Termin Oberbürgermeister Hans Jürgen Pütsch und dem mittelbadischen CDU-Land-

tagsabgeordneten Alexander Becker. Der Lockdown für Deutschlands Fitnessclubs fiel auf das Datum, an dem ohnehin – bei laufendem Betrieb – mit der Umgestaltung des Gymnasions hätte begonnen werden sollen. Nun haben die Handwerker das Studio für sich. Die Umbaumaßnahmen betreffen den Umkleide- und Nassbereich, wie Brigitta Lenhard erläuterte. Frauen- und Männerbereich werden getauscht, neue Saunen und Saunarien eingebaut, ebenso die Wasserinstallation

und die Klimaanlage. Trotz der Ottersdorfer Entkalkungsanlage der Stadtwerke seien Leitungen verkalkt, der teure Einbau einer hauseigenen Entkalkungsanlage erforderlich. Bis August könne der Umbau fertig sein. Bis Ende des Jahres investiert das Gymnasion rund eine Million Euro, so die Geschäftsführerin.

Die coronabedingte Schließung sei sehr belastend, habe aber auch Potenziale geweckt, sagt Lenhard. Etwa die Idee aus der Branche, politische Entscheidungsträger einzula-

den und die neuen Trainingskonzepte zu erläutern. So bietet das Fitnesscenter fünfmal täglich Videokurse zum Muskelaufbau und zum Stretching an.

Gemeinsam mit dem Leiter des Trainingsbereichs, Peter König, und der Leiterin des Kursprogramms, Maren Grothe, stellte Lenhard das künftige Trainingskonzept vor. Das Einchecken nimmt dabei jedes Mitglied selbst vor. Mittels eines Transponders werde ein Spind freigeschaltet. Das Training wird sozusagen als Ein-

bahnstraße geregelt. „Dank unserer räumlichen Möglichkeiten können wir das realisieren“, unterstreichen Lenhard und König. Die Kurse beginnen künftig zeitversetzt, um den Abstand der Teilnehmer zu gewährleisten. In den Kursräumen werden Plätze und Trainingsgeräte vom Trainer zugewiesen. Im Gerätebereich soll ein System aus abwechselnd gesperrten und freigegebenen Geräten greifen, um zu große Nähe zwischen den Sporttreibenden zu verhindern.

Im Außenbereich, dem jetzi-

gen Parkplatz, wird unter anderem Functional Training angeboten werden. Die Mitarbeiter kümmern sich regelmäßig um die Desinfektion. Das Trainingskonzept verlange von den Mitgliedern, gewohntes Verhalten aufzugeben, hieß es.

Brigitta Lenhard verwies gestern auf die große Bedeutung der Fitnessclubs für die Gesundheitsvorsorge. Sie hätten in Deutschland mittlerweile mehr Mitglieder als Fußballvereine. Wie viele Kollegen hofft sie mit ihrem Konzept auf eine baldige Öffnung.