

Aufs Trimmrad statt ins Krankenbett

Firmen fördern die Fitness ihrer Mitarbeiter – Trainingszentrum für Senioren geplant

Von Andreas Schubert

Wenn die Angestellten richtig schwitzen, freut sich die Chefetage. Zumindest ist das beim Telekommunikationsunternehmen O2 der Fall. Seit zwei Jahren stellt das Unternehmen in München den Mitarbeitern Räume für ein Fitness-Studio zur Verfügung. Als Betreiber des Studios fungiert die Firma Integion aus Schäftlarn. Einer deren Leitsätze: Der Erfolg eines Unternehmens hängt maßgeblich von gesunden und leistungsfähigen Mitarbeitern ab.

Das Stichwort lautet Prävention: Das Fitnessprogramm können die Mitarbeiter zum Billigtarif in Anspruch nehmen. Sozusagen als Gegenleistung bleiben sie öfter gesund. Wenn sich krankheitsbedingte Fehlzeiten reduzieren, spart sich ein Unternehmen die Kosten für Ausfallzeiten und Versicherung. „Strategisches Gesundheitsmanagement“ nennt sich dieses Prinzip, auf das immer mehr Firmen setzen, es aber nicht selbst umsetzen können. Integion verspricht, für jeden Kunden individuelle Konzepte auszuarbeiten. Zu den Paketen gehören beispiels-

weise Gesundheitsseminare, Sport- und Wellnessveranstaltungen oder eben ein Fitness-Studio. Als „Corporate activity“ bezeichnet Integion das Gesundheitsprogramm, das es bei O2 umsetzt. Doch das Personal zum freiwilligen Training zu bewegen, ist offenbar nicht leicht. „Wenn man einfach ein paar Geräte in einen Raum stellt, geht dort keiner hin“, erklärt Integion-Geschäftsführer Swen Grauer. Man müsse „Atmosphäre schaffen“. Der Fitness-Bereich bei O2 ist deshalb aufwändig gestaltet: Die üblichen Ausdauer- und Kraftgeräte sind so aufgestellt, dass sich die Nutzer unterhalten können, im hinteren Bereich des Studios gibt es eine Art Kletter-Grotte. Ergänzt wird das Angebot etwa durch Kosmetik und Massage.

Ein ähnliches Konzept will auch Michael Merk vom Münchner Medizintechnik-Hersteller Bentrionic realisieren. Seine Zielgruppe sind allerdings chronisch Kranke und Senioren. Merk plant ein Gesundheitszentrum in München, in dem insbesondere ältere Menschen mit richtigem Training Krankheiten vorbeugen können. Ziel der Prävention sei in erster Linie die Förderung der Lebensqualität, die Erhaltung der Selbstständigkeit und die Vermeidung von Behinderung im höheren Lebensalter, so Merk. Umsetzen soll die Idee ebenfalls Integion. Anders als in einem vorwiegend von Jüngeren genutzten Fitness-Center soll das Angebot durch therapeutische Maßnahmen, etwa zur Behandlung von Osteoporose und anderen altersspezifischen Erkrankungen, ergänzt werden.

Merk will der Vorbeugung von Krankheiten mehr Aufmerksamkeit verschaffen. Nach wie vor lege das Gesundheitswesen mehr Wert auf die Behandlung von Krankheiten als auf Prävention, moniert er. Ein Trainingszentrum solle älteren Menschen aber auch Spaß machen und gleichzeitig als Wohlfühlzentrum und Freizeittreff verstanden werden. „Die Alterung der Gesellschaft wird als große Herausforderung für die Zukunft Deutschlands angesehen“, so Merk. Zu oft sei indes von „Rentenlast“ oder „Pfle- gelast“ die Rede. „Warum diskutiert man nur die Kosten der Alten und nicht die Nutzen?“, fragt Merk.



So wird man 102: Der Schauspieler Johannes Heesters geht mit gutem Beispiel voran und hält sich mit Training fit.

Foto: dpa