

WIRTSCHAFTSWOCHE Spezial vom 01.04.2003

SPEZIAL PERSONAL TRAINER

DER CO-JOGGER

Keine Lust auf Sport? Personal Trainer helfen den inneren Schweinehund zu bezwingen.

Madonna leistet sich einen, Britney Spears ebenfalls, und auch Manager, Zahnärzte und Steuerberater nehmen die noch relativ neue Dienstleistung in Anspruch. Sie alle brauchen Hilfe gegen den gleichen Gegner: ihren inneren Schweinehund. Wer viel beschäftigt ist, kümmert sich um alles Mögliche – bloß nicht um sich selbst. Dabei ist Sport gesund, macht sexy und hält attraktiv. Bewegung regt den Geist an, setzt Kreativität und Energie frei. Egal, ob Joggen, Schwimmen oder Tennis spielen: Möglichkeiten zur körperlichen Ertüchtigung gibt es viele, nur ist nicht jedem die Liebe zur Bewegung in die Wiege gelegt.

...

Nicht nur Männer, auch immer mehr Frauen nehmen den Service von Personal Trainern in Anspruch. Der Physiotherapeut Lars Brouwers aus Düsseldorf hat erhebliche Unterschiede bei der Einstellung zu sportlicher Betätigung festgestellt: „Viele Männer sind beim Laufen so ehrgeizig wie im Beruf.“ Seine Kundinnen hingegen setzen sich vernünftiger Ziele. Brouwers betreut zwölf Klienten – sogar deren Kühlschränke sind für ihn nicht tabu: Ernährungsberatung ist im Preis inbegriffen.

...

(Katja Wallrafen)