

rga. FREITAG, 8. JULI 2011



Sascha Schnitzler will im Zentrum Süd 800 Quadratmeter Trainingsfläche eröffnen. Wie im Allee-Center ist die Nähe zu den Arztpraxen im Gesundheitshaus für ihn ausschlaggebend: Er will an zwei Standorten Physiotherapie und Gesundheitsprävention vereinen. Foto: Michael Sieber

Gesundheits-Training auf 800 Quadratmetern

GESUNDHEITS-ZENTRUM SÜD Weil immer mehr Menschen auch im fortgeschrittenen Alter Aktiv sein wollen, baut Sascha Schnitzler das Angebot von „Medora“ aus.

Von Bastian Hamacher

Remscheid hat diverse Gesundheitszentren, in denen sich Ärzte aller Fachrichtungen ballen. In einem davon, im Allee-Center, ist Sascha Schnitzler mit „Medora“ schon seit Jahren vertreten. Bald wird er auch im Zentrum Süd an der Bismarckstraße den vollen Service aus Physiotherapie und präventivem Fitnesstraining bieten.

Aktiv sein bedeutet heute Skilaufen und Wandern im Gebirge
„Immer mehr Menschen wollen auch jenseits der 60 noch aktiv sein“, weiß Schnitzler. Und aktiv sein bedeute in diesen Fällen Skilaufen, Wandern im Gebirge und Radwandertouren durch halb Europa. Der gelernte Physiothera-

peut betreibt mit „Medora“ mehrere Zentren für Gesundheit und Bewegung. „Mit 60 will kaum noch jemand nur Kaffee und Kuchen.“ Deshalb ist auch die Nachfrage nach präventiven Maßnahmen und Sport gestiegen.

1997 hat Schnitzler als Mitarbeiter bei Medora angefangen, damals gab es nur die therapeutische Praxis im Allee-Center. Dazu kam dann das Fitnesstraining. 2007 hat er Medora übernommen und seit November 2010 auch an den Rosenhügel gebracht. Im Gesundheitshaus betreibt er eine therapeutische Praxis und einen kleinen Kursraum. In den Räumen des ehemaligen Aldis im Untergeschoss kommen ab dem 1. Oktober Trainingsmöglichkeiten auf 800 Quadratmetern dazu. Die Praxis wird weiter betrieben.

Das Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung steigt seit Jahren, hat Schnitzler beobachtet. „Auch wenn die Krankenkassen mittlerweile nicht mehr alles übernehmen, kommen sie doch für viele präventive Maßnahmen auf“, sagt er. Seine Patienten und Kunden sind 45 Jahre und älter. Daneben betreut er mit seinem Team auch Sportvereine wie den SC Remscheid, aber auch die HG, LG und IG – sowohl was Reha-Maßnahmen angeht als auch beim Training.

„Mit 60 will kaum noch jemand nur Kaffee und Kuchen.“

Sascha Schnitzler, Physiotherapeut

„Natürlich sind wir teurer als reine Fitnessstudios, zumal solche mit Flat-Rate-Preisen. Aber bei uns arbeiten auch nur ausgebildete Physiotherapeuten und Sportwissenschaftler“, erklärt Schnitzler. Diese stellen für die Kunden individuelle Trainings- und An-

wendungspläne zusammen – je nach Bedürfnis: Gewichtsabnahme, Rückenprobleme oder vorbeugende Maßnahmen. Viele Kunden waren vorher auch Patienten – etwa 35 Prozent schätzt Schnitzler.

Den ungebremsten Zulauf in die Fitness-Studios, auch die therapeutischen, erklärt er mit den Medien: „Überall werden wir mit Bildern von fitten, aktiven und gesunden Menschen konfrontiert. Das treibt an“, sagt er – und findet das auch nicht schlecht. „Man muss die Leute sensibilisieren. Es geht nicht um Schönheit und Perfektion, sondern um Lebensqualität.“

Dafür bietet Medora Trainings- und Therapiemöglichkeiten. Fitnesstraining (Muskelaufbau und Herz-Kreislauf-Training) genauso wie Krankengymnastik, Lymphdrainage, Massage und Migräne-Therapie. Viele Kurse werden von Krankenkassen unterstützt.

Infos unter www.medora-remscheid.de