

PRESSEINFORMATION

Nach Corona-Pause: Mitglieder befürworten Wiedereröffnung von EMS Studios
08. Mai 2020

Teilöffnung wichtiger Schritt für Fitnessstrebende: „Nun müssen weitere Bundesländer folgen“

Umfrage: 90 Prozent befürworten sofortige Wiedereröffnung von EMS Studios – 70 Prozent beklagen verschlechterten Gesundheitszustand

Mehr als zwei Monate lang mussten der Großteil der Fitnessstudios, aber auch kleinere, sogenannte Mikrostudios, in ganz Deutschland Corona-bedingt geschlossen bleiben. In einigen Bundesländern, zum Beispiel in Nordrhein-Westfalen (NRW), dürfen sie nun schrittweise unter strengen Hygienevorschriften wieder öffnen. „Ein richtiger und gerade für EMS Studios längst überfälliger Schritt, dem weitere Bundesländer folgen sollten“, appelliert Marcel Kentenich, Geschäftsführer des EMS Anbieters Körperperformen. Wie wichtig die Wiedereröffnung ist, zeigt eine aktuelle Umfrage* unter 2.000 Körperperformen Kunden: Rund 70 Prozent klagen über eine Verschlechterung ihres Gesundheitszustandes während der Corona-bedingten Trainingspause, 90 Prozent befürworten die sofortige Wiedereröffnung der Körperperformen EMS Studios. Denn gerade Mikrostudios wie solche für EMS Training können problemlos höchste Hygienestandards garantieren.

Bonn, 08. Mai 2020 | Während sich viele klassische Fitnessstudios erst noch auf strengere Hygienevorkehrungen vorbereiten müssen, sind die Körperperformen Studios bereits auf die Einhaltung höchster Hygienestandards ausgelegt: „Bei uns trainieren maximal zwei Personen gleichzeitig, es halten sich – außer dem Trainer – keine weiteren Personen im Studio auf“, erklärt Marcel Kentenich. Hinzu kommt, dass Trainierende ihren eigenen Trainingsanzug mitbringen, sich selbstständig in Einzelkabinen ein- und auskleiden und die Trainingsutensilien nach jedem Training desinfiziert werden. „Auch das Einhalten des Sicherheitsabstandes von mindestens 1,5 Metern sowie das Tragen eines Mundschutzes ist während des EMS Trainings kein Problem“, ergänzt Sammy Pesenti, ebenfalls Geschäftsführer von Körperperformen. Der EMS Anbieter mit bundesweit 221 Studios und rund 33.000 Mitgliedern appelliert deshalb an die Verantwortlichen der Länder, den ersten Beispielen wie dem NRWs zu folgen und eine Wiedereröffnung von Mikrostudios voranzutreiben.

Alarmierende Zahlen: 70 Prozent klagen über verschlechterten Gesundheitszustand

„Die Ergebnisse unserer Umfrage sind alarmierend“, so Marcel Kentenich. Über 70 Prozent der befragten Mitglieder klagen über Schmerzen in Rücken und Knien sowie Bewegungseinschränkungen – vor allem ältere Menschen und solche mit gesundheitlichen Beschwerden, die Körperperformen für sein gesundheitsorientiertes Trainingskonzept schätzen, trifft die Trainingspause hart. Die Vorteile von regelmäßigem EMS Training in Zeiten von

* Die Umfrage fand im Zeitraum vom 4. bis 8. Mai 2020 statt. An der Umfrage nahmen bundesweit 880 Körperperformen Mitglieder teil.

PRESSEINFORMATION

Nach Corona-Pause: Mitglieder befürworten Wiedereröffnung von EMS Studios
08. Mai 2020

Ausgangsbeschränkungen liegen auf der Hand: „Gesundheitsorientiertes EMS Training stärkt Muskeln, Gelenke und Sehnen und beugt dadurch Rückenschmerzen oder Kniebeschwerden vor“, erklärt Marcel Kentenich. Die Elektro-Muskel-Stimulation (EMS) eignet sich optimal zur Vorbeugung von Verspannungen und Schmerzen, denn sie kräftigt die Muskeln tiefenwirksam und stärkt gleichzeitig Herz, Kreislauf und Immunsystem sowie die mentale Gesundheit – in Zeiten von Kontaktverbot ein wichtiger Faktor: Über 90 Prozent der befragten Körperformen-Mitglieder geben an, dass EMS Training für ein gesteigertes Wohlbefinden sorgt, 80 Prozent nutzen es zum Stressabbau.

Schonend zurück in den Trainingsrhythmus dank individuellem EMS Training

„Besonders nach einer längeren Trainingspause gilt es, den Körper schonend an die Belastung heranzuführen“, erklärt Sammy Pesenti. Denn wer seinen Körper beim Wiedereinstieg überlastet, riskiert Schmerzen oder Verletzungen. Beim EMS Training wird die Trainingsintensität an den aktuellen Gesundheitszustand des Trainierenden angepasst, jedes Training begleitet ein speziell ausgebildeter Personal Trainer, der auf die korrekte Ausführung der Übungen achtet und so Fehlhaltungen vorbeugen kann. Innerhalb weniger Wochen können mittels EMS Training gezielt Muskeln aufgebaut und eine Linderung von Rückenschmerzen oder eine Reduktion von Körperfett erzielt werden. „Für alle, die während der Coronakrise keinen oder nur wenig Sport getrieben haben, eignet sich EMS Training ideal für den Wiedereinstieg“, bestätigt Marcel Kentenich.

Über Körperformen

Seit 2011 steht der EMS-Anbieter Körperformen mit Sitz in Bonn seinen Kunden und Lizenznehmern mit hohem Qualitätsanspruch als verlässlicher und Erfolg versprechender Partner zur Seite. Mit aktuell über 221 Standorten ist Deutschlands zweitgrößte EMS-Kette im gesamten Bundesgebiet vertreten. Weitere Körperformen-Studios außerhalb Deutschlands befinden sich in Österreich – hier vor allem in Großstädten wie Wien oder Innsbruck – sowie in der Schweiz und in Italien.

Weitere Informationen über Körperformen: <https://www.körperformen.com/>

Unternehmenskontakt:

Körperformen

Carola Brauckmann (Presse)
Obere Wilhelmstraße 2
53225 Bonn
Tel.: (0228) 981 461 39
E-Mail: info@kenti.de

Pressekontakt:

rheinland relations GmbH

Sophie Bamler
Gottfried-Claren-Straße 5
53225 Bonn
Tel.: (0228) 299 753 16
E-Mail: bamler@rr-pr.com