

## PRESSEINFORMATION

Mehrwert für die Gesundheit: Körperformen führt ärztliche Trainingsberatung ein  
18. Juni 2020



Ärztliche Trainingsberatung (ÄTB) beim EMS Training: Ein Mehrwert für die Gesundheit

## Für noch mehr Sicherheit beim EMS Training: Körperformen bietet ärztliche Trainingsberatung an

**Ist EMS Training nach einer Zerrung ratsam? Wie wirkt die Elektro-Muskel-Stimulation (EMS) bei Durchblutungsstörungen? Wann kann ich nach einem Unfall wieder trainieren? Diese und ähnliche Fragen können beim EMS Anbieter Körperformen ab sofort durch die ärztliche Trainingsberatung, kurz ÄTB, geklärt werden. Der Vorreiter für gesundheitsorientiertes EMS Training bietet seinen Mitgliedern damit einen wichtigen Mehrwert: Ein fachkundiges Ärzte-Netzwerk beantwortet künftig alle medizinischen Fragen rund um das Training.**

**Bonn, 18. Juni 2020** | Die Gesundheit und Sicherheit der Trainierenden steht bei Körperformen an erster Stelle. Deshalb hat der EMS Anbieter ein Ärzte-Netzwerk aufgestellt, das alle Trainer und Kunden bei ärztlichen Fragen in Bezug auf das EMS Training individuell berät. „Als Vorreiter für gesundheitsorientiertes EMS Training bieten wir unseren Kunden mit der ÄTB einen kostenfreien Service, über den sie sich eine fachkundige Meinung zu Krankheitsbildern oder der Trainingsintensität und -gestaltung einholen können“, erklärt Marcel Kentenich, Geschäftsführer von Körperformen, und führt fort: „Viele Trainierenden kommen mit gesundheitlichen Einschränkungen oder Vorerkrankungen wie Rheuma, Arthrose oder chronischen Verspannungen zu uns. Sie können sich nun noch besser zu unserem Trainingsangebot beraten lassen und mögliche Fragen bereits vor dem Trainingseinstieg klären.“



### **Ärztliche Beratung schafft zusätzliche Sicherheit beim Training**

Körperformen Mitglieder können die ärztliche Beratung ab sofort in ihrem EMS Studio in Anspruch nehmen. Der Kontakt erfolgt über den jeweiligen Studiobetreiber. „Unsere Körperformen Trainer können die Übungen und die Intensität des Trainings dank der Beratung durch unser Netzwerk an Allgemeinmedizinern, Orthopäden und

Sportwissenschaftlern noch individueller auf die sportliche Gesamtfitness, mögliche Krankheitsbilder sowie die Bedürfnisse der Trainierenden abstimmen“, erklärt Sammy Pesenti, ebenfalls Geschäftsführer von Körperformen, und ergänzt: „Das gibt unseren Kunden ein noch sichereres Gefühl beim EMS Training.“ Die Elektro-Muskel-Stimulation,

## **PRESSEINFORMATION**

Mehrwert für die Gesundheit: Körperformen führt ärztliche Trainingsberatung ein  
18. Juni 2020



kurz EMS, hat den Vorteil, dass ohne zusätzliche Gewichte trainiert wird und dadurch Gelenke und Sehnen geschont werden. Gleichzeitig werden alle großen Muskelgruppen intensiv trainiert und auch die Tiefenmuskulatur gekräftigt, was bei herkömmlichem Krafttraining nur schwer zu erreichen ist.

### **Fit und gesund durch EMS Training: Experten unterstützen neues Beratungskonzept**

Entwickelt wurde das Programm durch die fachliche Unterstützung verschiedener Ärzte, darunter auch die Internistin Dr. Ute Trommer. „Gerade bei Personen, die ohne Begleitung eines Trainers im Fitnessstudio trainieren, kommt es häufig zu Fehlhaltungen und dadurch verbundenen Verletzungen oder Schmerzen“, weiß Trommer. Beim EMS Training wird durch die durchgängige Begleitung eines geschulten Personal Trainers solchen Fehlhaltungen vorgebeugt, zusätzlich kann die Trainingsintensität sehr fein und individuell an den gesundheitlichen Zustand des Trainierenden angepasst werden. „Die ÄTB erweitert diesen Service um die fachkundige Beratung durch ein Ärzteteam, das Anfragen innerhalb von 24 bis maximal 72 Stunden beantwortet“, ergänzt Trommer. Vor allem nach Unfällen, bei akuten Verletzungen, bei Stoffwechselproblemen, Entzündungen, starken Verspannungen oder Hautproblemen ist die ärztliche Trainingsberatung ein wertvoller zusätzlicher Service für Trainierende und Trainer.

### **Über Körperformen**

Seit 2011 steht der EMS Anbieter Körperformen mit Hauptsitz in Bonn seinen Kunden und Lizenznehmern mit hohem Qualitätsanspruch als verlässlicher und Erfolg versprechender Partner zur Seite. Mit aktuell über 220 Standorten ist Deutschlands zweitgrößte EMS Kette im gesamten Bundesgebiet vertreten. Weitere Körperformen Studios außerhalb Deutschlands befinden sich in Österreich 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](mailto: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](mailto:bamler@rr-pr.com)