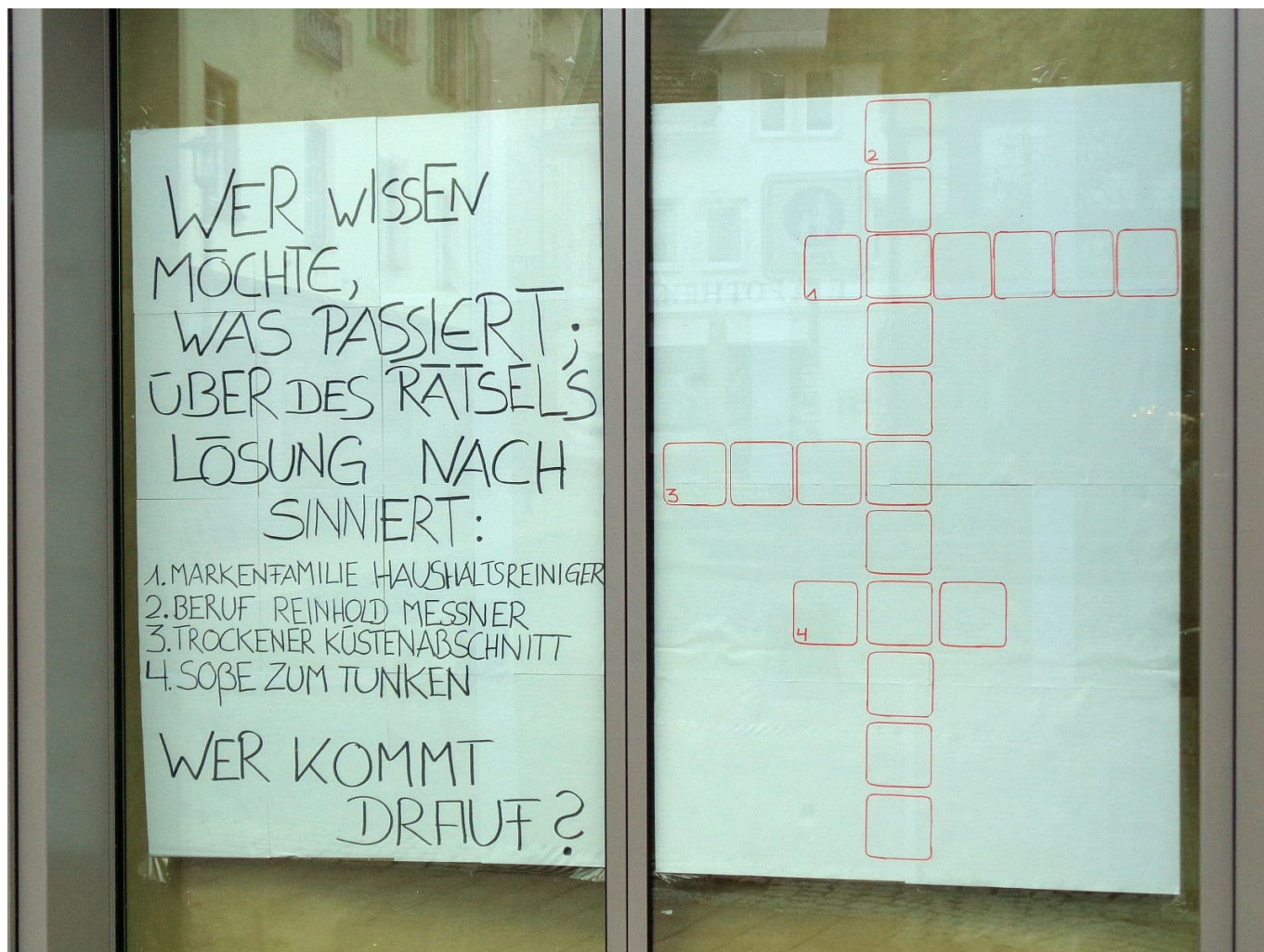


## Hauptstraße in Schramberg: Es wird - nein, auch kein Fitness-Studio



## Hauptstraße in Schramberg: Es wird - nein, auch kein Fitness-Studio

Was zieht nun in die ehemalige Hauptstelle der Kreissparkasse in Schramberg ein? Ein EMS-Studio, hatten wir zuletzt gemeldet. Das stimmt - und irgendwie auch wieder nicht. Ein Fitness-Studio sei es jedenfalls nicht. Das hat die künftige Betreiberin uns jetzt mitgeteilt.



Das Rätsel. Foto: him

**Das Kreuzworträtsel an der verhängten Fassade ist gelöst. 1. die Markenfamilie Haushaltsreiniger - "Frosch". 2. Beruf Reinhold Messner - "Bergsteiger". 3. Trockener Küstenabschnitt - "Watt". Und 4. Soße zum Tunken - na, das ist ein "Dip".**

Das führt uns auf einigermaßen direktem Weg zum Begriff "EMS-Training". Die Abkürzung EMS steht für Elektromyostimulation, das sei einer der neuen Trends im Fitnesssektor, ist im Internet zu lesen. Auf die Spur gebracht hat unsere Leser - die uns arg geholfen haben, das müssen wir zugeben - das gelöste Kreuzworträtsel. Die Begriffe „Bergsteiger“ und „Dip“ seien bestimmte Fitness-Übungen, die man beim EMS-Training anwendet. Diese Worte waren gesucht.

Ebenso: "Watt". Das dürfte damit zusammenhängen, dass bei dieser Art Fitnessstraining Strom die entscheidende Rolle spielt. Und der "Frosch"? Der erklärt sich wohl dadurch, dass im 18. Jahrhundert schon Naturwissenschaftler herausgefunden haben, dass sich die Muskeln eines Froschschenkels durch einen leichten Stromstoß stimulieren lassen.

## **Hauptstraße in Schramberg: Es wird - nein, auch kein Fitness-Studio**

**Also wird's ein Fitness-Studio? Das ist - nunja - knapp neben dem, was wirklich kommt. So hat sich die künftige Betreiberin dieses EMS-Studios für Schramberg jetzt an die NRWZ gewandt. Dr. Jennifer Ganter erklärt ausführlich, was sie vor hat.**

“Wir betreiben 1:1-Betreuung in sämtlichen Bereichen der Gesundheit”, so Ganter in einer Mail an die NRWZ. Dazu gehörten Personal Training, Ernährungsberatung - etwa auch speziell für Kinder - in Zusammenarbeit mit der Uniklinik Tübingen und Gesundheitscoaching. “Das Gesundheitscoaching umfasst die Bereiche Ernährung, Bewegung und auch die Entspannung/Regeneration im Kollektiv, sodass rundum ein ganzheitliches Konzept für unsere Kunden entsteht”, berichtet Jennifer Ganter. Ebenso will sie Gesundheitsmanagement für Firmen anbieten.

**“Mit dem EMS-Training möchten wir das Personal-Training auch für diejenigen zugänglich machen, die eine Einzelbetreuung brauchen, aber es sich zum Beispiel normalerweise nicht leisten können”, erklärt die Geschäftsfrau.**

Auch eigne sich dieses Training speziell für diejenigen, die im Fitnessstudio nicht glücklich seien, weil eventuell eine Bewegungseinschränkung vorliegt, “oder der letzte Sport einfach schon ewig her ist”, wie Ganter es umschreibt.

**“Jeder unserer Kunden wird persönlich betreut und ist nicht auf sich alleine gestellt. Wir legen Wert auf eine persönliche Rundum-Wohlfühl- Betreuung, die sich klar von Fitnessstudios unterscheidet”, so die Beraterin. “Mit diesen möchte ich auch gar nicht in Konkurrenz treten.”**

So arbeite sie mit ihrem Team seit mehr als zehn Jahren bereits erfolgreich an anderen Standorten in Rottweil und Villingen-Schwenningen.