

Menschen zusammenführen

Ein Gerätetraining, das weit über sich hinaus weist

Beim medizinischen Gerätetraining in der Physiotherapie steht eigentlich die Betreuung der Patienten nach der Therapie im Vordergrund. Dass ein Selbstzahlerbereich mit Gerätetraining weitaus mehr Aspekte bietet, beispielsweise auch soziales Engagement bis hin zur Inklusion, zeigt Physiotherapeut Ralf Baumann in seinen Therapieeinrichtungen.

Poing, ein Ort im Landkreis Ebersberg in Bayern. Freundlicher Empfang, dezente Hintergrundmusik aus dem Radio. Pastellene Farbtöne an den Wänden und helles Holz im Eingang. Links eröffnet sich der therapeutische Bereich, der über einen Rundbogeneingang mit der Überschrift „Villa Medicea“ zu betreten ist. Gleich an die Rezeption schließt sich rechts der Kraftausdauerzirkel mit einer Wassersäule in der Mitte an.

Es scheinen sich hier lauter alte Bekannte zum Training treffen. Im Zirkel sind zwei ältere Damen und ein Herr

an den Geräten. Sie sprechen den Inhaber mit Vornamen an. Das kommt daher, dass Ralf Baumann, Inhaber des Therapie- & Trainingszentrums Baumann, 2008 von seinem Vater die Praxis übernommen hat und dann 2011 die von seiner Mutter im Nachbarort Forstinning. Beide Praxen bestehen seit mehr als 40 Jahren. Bereits 2005 stellte Ralf Baumann die ersten Geräte auf. **THERA-BIZ** besuchte den Inhaber und Geschäftsführer und seine zwei Geschäftsführer Petra Schüller, Leitung Organisation, Rezeption und Büro, sowie Robert Metschke, Leitung Physiotherapie und Training.

THERA-BIZ: Das Praxisangebot baut auf 5 Säulen auf: klassische Therapie, Reha-Sport, Fitness, Prävention und Wellness. Das medizinische Gerätetraining integrieren Sie in den Bereich Fitness?

Ralf Baumann: Was ist Fitness und was ist medizinisches Gerätetraining? Man kann es nicht so genau differenzieren, denn eigentlich ist beides Training. Wir haben uns darauf spezialisiert, auf Krankheitsbilder einzugehen. Weil viele Kunden von der Physiotherapie in den Trainingsbereich übergehen und dementsprechend mit einem Krankheitsbild an die Geräte herangehen. Von daher differenziert es sich ein bisschen. Klar, die Qualität ist höher angesiedelt als in einem Fitness-Studio, die in ihrem Sportbereich „nur“ mit Gesunden arbeiten.

Robert Metschke: Sie, die Fitness-Studios, sind eher auf die Körperformung ausgelegt. Wir sind mehr auf die Gesundheit ausgerichtet. Wir haben in der Betreuung medizinisch geschultes Personal.

Eingangs sah ich drei Senioren im Trainingsbereich? Sind die über die Physiotherapie in den Zirkel gekommen?

Ralf Baumann: In diesem Fall kann ich Ihnen das genau sagen. Der eine ist der Nachbar meiner Eltern. Von ihm weiß ich, dass er bei uns nicht in der Therapie war. Wir sind bei einem Ver-



Die Geschäftsführer des Therapie- und Trainingszentrums Baumann
Petra Schüller, Robert Metschke, Ralf Baumann (v.l.n.r.)

hältnis von Leuten, die aus der Therapie kommen, zu Neukunden bei fast 50:50.

Petra Schüller: Das war allerdings nicht von Anfang an so. Das hat sich erst im Laufe der Zeit so entwickelt.

Robert Metschke: Ja, je besser die Aufklärung der Patienten ist, desto mehr wächst der Selbstzahlerbereich. Die Entwicklung ist jedoch noch nicht abgeschlossen und es ist noch immer schwierig. Das Verständnis, Zeit fürs Training nicht erst im Krankheitsfall – sprich Rücken- Gelenk- oder Muskelschmerzen –, aufzubringen, hat noch nicht alle erreicht. Der Wandel vollzieht sich langsam, da hauptsächlich in Krankheitsreduzierung, anstatt in Gesundheitserhaltung investiert wird.

Wie generieren Sie Neukunden aus dem nicht-therapeutischen Bereich?

Ralf Baumann: Die Mund-zu-Mund-Werbung ist die beste Werbung. Ich glaube auch, dass dadurch die meisten Kunden in den Selbstzahlerbereich kommen. Wir bringen zwei Mal im Jahr eine Zeitschrift in einer Auflage von 20.000 Stück heraus, die wir mit Unterstützung eines Verlages erstellen. Dieses Jahr kam noch ein Flyer hinzu, der an den Haustüren verteilt wurde. Und auch auf Einkaufswagen sind wir werbemäßig vertreten. Dann sind wir in unserem Ortsnachrichtenblatt und in einem regionalen Wochenblatt mit Anzeigen präsent. Nicht zu vergessen die digitalen Medien. So ist die Praxis auf Facebook. Das Hauptaugenmerk gilt jedoch der Homepage, mit einem Newsletter und Pressemeldungen.

Auf der Homepage kündigen Sie Seminare zu Trainingsmaßnahmen und Vorträge an. Welches Ziel verfolgen Sie damit?

Robert Metschke: Ein wichtiger Aspekt ist die Aufklärung. Ein Tool hierfür bietet uns das Trainingssteuerungsseminar. Für unsere Trainierenden ist es nicht nur wichtig zu erfahren, wie sie einfach, sicher und effektiv trainieren können, sondern auch, warum sie mit den vorgegebenen Parametern trainieren sollen. Diese bilden schließlich den Schlüssel zum individuellen Erfolg. Durchgeführt werden diese Seminare im Abstand von vier bis sechs Wochen. Sie werden von unserem Sportwissenschaftler Martin Hartwanger angeboten und sind kostenfrei.

Sie haben bereits 2005 das Angebot „Gerätetraining“ in die Praxis aufgenommen. Wie kam das?

Ralf Baumann: Patienten haben nach ihrer Besserung, nach der Therapie gefragt, was sie noch machen könnten. Dann kam die Idee, jetzt machen's wir selber. Wir haben uns für ein einfaches System entschieden. Es sollte einfach zu bedienen, effektiv und sicher sein.

Einfach – für Ihre Zielgruppe?

Ralf Baumann: Ja, es war klar, dass unsere Klientel jenseits der 30 liegt.

Robert Metschke: Ich würde sagen, das hat sich heute nochmals ein bisschen verschoben. Damals war es noch mehr in Richtung Alter ausgelegt. Heute wissen wir natürlich auch, dass wir junge Sportler und sehr alte Personen mit dem Gerätezirkel beüben können.

Und wie waren die Anfänge vor 10 Jahren?

Ralf Baumann: Es war schwierig am Anfang, da wir totales Neuland betreten haben. Da hat man erst einmal Erfahrungen sammeln müssen. Preis-

strukturen – ich weiß noch, dass wir mit 19,50 Euro monatlich angefangen haben! Das ist natürlich ein fataler Fehler, mit so einer Preisstruktur bei dieser Qualität und bei den hohen Preisen im Geräteeinkauf anzufangen. Das passt einfach nicht zusammen. Das hätte zu einem wirtschaftlichen Fiasko und einem deutlichen Qualitätsverlust geführt. Es war schon eine harte Zeit und wurde vom Bereich Physiotherapie finanziert.

Robert Metschke: Auch das System war ja gar nicht so wie heute. Da gab es kein Marketing! Da gab es seitens der Hersteller eine Einweisung in die Geräte und das war's dann.

Wie kam dann die Wende?

Ralf Baumann: Entscheidend war dann schon die Betreuung des Geräteherstellers. Da haben wir auf das richtige Pferd gesetzt. Da steht ein riesen Konzept dahinter. Betreuung, Marketing, Mitarbeiterschulung. Der Hersteller bot die Kurse und Schulungen zum Teil unentgeltlich an. Klar, der Hersteller will wiederum seine neuen Geräte verkaufen. Das ist auch gut so. Es profitieren eben beide Seiten davon. Veranstaltungen und Schulungen haben uns sehr weit gebracht. Das Trainingskonzept, für das wir uns entschieden haben, war genau das, was mir vorschwebte. Doch bis ich selbst das soweit gehabt hätte, hätte mich das viele Jahre Zeit gekostet. Der Preis war irrelevant. Dieses Konzept musste her, das war genau das, was ich brauchte. So ist das entstanden.

Wie viele Mitglieder haben Sie im Trainingsbereich jetzt?

Robert Metschke: Knapp 600 Mitglieder an beiden Standorten, also in

Poing und Forstinning zusammen. Die Mitglieder können beide Einrichtungen nutzen.

Sie bieten onkologische Trainings-therapie an?

Robert Metschke: Wir sehen da ein sehr großes Potenzial. In der Region bietet das sonst keiner an. Es hat noch Projektstatus, das heißt, wir arbeiten noch an der Umsetzung. Dann wird es dazu Vorträge, Beratungsgespräche und Trainings geben. In ungefähr 10 Wochen werden wir soweit sein.

Ralf Baumann: Das ist ein wichtiger Markt, der noch nicht richtig bedient wird. Neueste Forschungsergebnisse belegen, dass ein intensives Training bei Krebserkrankungen angezeigt ist. Moderates Training scheint nicht ausreichend zu sein. Deshalb wollen wir uns jetzt darauf spezialisieren. Wir haben in der letzten Zeit mehrere Fachvorträge von unserem Geräte-lieferanten zu dieser Thematik gehört. Auch andere Verknüpfungen und Querverbindungen haben mich darauf hingewiesen. Das Thema kreuzte immer wieder meine Bahnen. All das hat dazu geführt, dass wir Trainingsangebote speziell für Krebspatienten anbieten werden. Der soziale Aspekt spielt für uns eine große Rolle. Wir unterstützen bereits das Projekt „Flugkraft“, das sich um Kinder mit einer Krebserkrankung kümmert. Einen Teil der Mitgliedsbeiträge führen wir dazu ab. So betreuen wir auch lokale soziale Projekte und Veranstaltungen in Forstinning.

Gibt es denn bereits einen Onkologie-patienten im Zirkel?



Der Kraftausdauerzirkel

Petra Schüller: Es gibt einige. Speziell bei einer Patientin befürwortete der Arzt das ausdrücklich. Da es ihr so ans Herz gelegt wurde, trainiert sie schon seit Jahren bei uns. Wir arbeiten mit einer Selbsthilfegruppe für Brustkrebs zusammen und haben im Uni-Klinikum Großhadern Flyer ausgelegt mit der Information, dass sie sich an das Therapie- & Trainingszentrum Baumann wenden können.

Sie sprechen also auch andere Kunden an?

Petra Schüller: Zu uns kommen häufig die Menschen zum Training, die nie in ein Fitness-Studio gehen würden. Menschen mit Handicaps, aber auch junge Leute, die sich wohlfühlen möchten.

Robert Metschke: Im Fitness-Studio will man sich oft darstellen. Bei uns gibt es keine Selbstdarsteller und die Menschen beobachten sich nicht gegenseitig, so dass sich insbesondere auch attraktive Frauen bei uns wohlfühlen.

Petra Schüller: Und die Mischung macht's. Egal, ob gesund, alt, jung oder mit Handicap – alle zusammen.

Robert Metschke: Samstags gibt es beispielsweise in Forstinning ein Trainingstreff mit wechselndem Motto. Mit Tanzlehrer. Erst 1 Stunde trainieren, dann 1/2 Stunde tanzen, dann frühstücken. Ein Behinderter ist voll integriert und hat dort tanzen gelernt und trainiert. Es ist nicht entscheidend, wie viel jemand kann, sondern der soziale Aspekt steht im Vordergrund.

Petra Schüller: Das ist das schöne daran, verschiedene Menschen zusammenzubringen.

Robert Metschke: Das ist auch der Gedanke beim Onkologie-Training. Menschen nicht ausgrenzen, sondern zusammenführen, das ist unser Anliegen.

Ralf Baumann: Ja, netzwerken und verbinden.

Das Interview führte Reinhild Karasek.