

# Kompetenzzentrum für Gesundheit

*Das Fazz Medical Fitness in Singen am Hohentwiel ist im medizinischen Segment sehr gut aufgestellt. Das liegt zum einen an der angegliederten Tibha Physiotherapiepraxis und zum anderen an einer stark ausgeprägten Zusammenarbeit mit den ortsansässigen Ärzten. Das Kompetenzzentrum für Gesundheit präsentiert sich auf einer Gesamtfläche von 2.000 qm für medizinische Fitness und Therapie.*

Betreut werden im Kompetenzzentrum für Gesundheit außer den 1.200 Mitgliedern des Studios und den Patienten der Physiotherapiepraxis zudem 1.150 Firmenmitarbeiter über ein spezielles Konzept zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Hinzu kommen die Gäste des Moa Saunaland, das separat gebucht werden kann. Den Kunden und Patienten stehen 40 qualifizierte Mitarbeiter als Voll- und Teilzeitkräfte zur Seite, unter anderem Sport- und Ernährungswissenschaftler, Sportökonom, ein Psychologe, ein Diabetologe, Physiotherapeuten und Fachkräfte für spezifische Programminhalte. Josef Husli, Geschäftsführer des Fazz Medical Fitness, der Tibha Physiotherapie und des Moa Saunaland: „Es handelt sich zwar um rechtlich selbstständige Unternehmen, die jedoch unter einem Dach als Netzwerk in den Bereichen Physiotherapie, Prävention, Ernährung, Wellness, Sportdiagnostik,

medizinischer Fitness und individueller Gesundheitsangebote Hand in Hand zusammenarbeiten. Das hat für unsere Mitglieder und Patienten den Vorteil eine medizinisch fundierte Versorgung für die Indikationsbereiche Orthopädie, Neurologie, Schmerztherapie und Kardiologie mit Leistungen aus den Bereichen Fitness und Entspannung zu verbinden, da Patienten aus der Therapie anschließend zum medizinischen Fitnesstraining kommen und auch umgekehrt die Synergie genutzt wird. So profitiert gegenseitig jeder Bereich. Die Abkürzung Tibha steht für Therapie, Institution, Bewegung, Heilung und Arzt.“

## **Umfangreiche Leistungs- und Stoffwechseldiagnostik**

Zur Messung der Ausdauer und des Herz-Kreislaufsystems und zur Diagnostik des Energiestoffwechsels wird im Fazz Medical Fitness und der Tibha Physiotherapie mit dem Atemgastest Aeroscan gearbeitet. Dieser bietet den Vorteil, dass den Mitgliedern kein Blut abgenommen werden muss und die Ergebnisse bereits unmittelbar nach dem Test vorliegen. Der Aeroscan funktioniert auf allen Cardiogeräten ohne Ausbelastung.

Josef Husli: „In der Therapie bieten wir unseren Kunden zudem einen speziel-



len FPZ Rücken-Check-Up des Forschungszentrums Köln an. Wir sind FPZ zertifiziert und messen bei Rückenproblemen oder bei einem Bandscheibenvorfall an fünf Geräten, um festzustellen, wo die Defizite liegen. Die FPZ Rückenstraße dient zur isometrischen Kraftmessung und zur Messung der Beweglichkeit. Somit können wir die Patienten stabilisieren und anschließend therapieren. Nach der Therapie erfolgt ein Re-Check. Als weiterer Test wird zur Körperfettanalyse eine In-Body-Messung durchgeführt. Mit der Bioimpedanzanalyse wird zudem festgestellt, ob die Muskulatur links- oder rechtslastig ist.“

Die Re-Checks finden alle drei Monate statt. Die Diagnostik ist nicht im Mitgliedsbeitrag enthalten, sondern eine Leistung des sogenannten Gesundheitscoachings. Sie kostet 25 €, die alle drei Monate zu zahlen sind. Über ein spezielles Programm werden die Ergebnisse dokumentiert, so dass die Trainer und Therapeuten die Kunden auf den nächsten Termin aktiv ansprechen und die Trainingspläne neu erstellen können. Eine durchgehende Dokumentation wird auch über die drei Milon-Zirkel gewährleistet. Jedem Trainer und Therapeuten sind bestimmte Mitglieder als auch Patienten zur Betreuung zugewiesen, so dass jeder Kunde immer den gleichen Ansprechpartner hat. Kommt ein Mitglied längere Zeit nicht zum Training, wird es angerufen, um den nächsten Re-Check-Termin zu vereinbaren.

Josef Husli: „Wir führen alle drei Monate mit unseren Mitgliedern ein ausführliches Beratungsgespräch, in dem wir mit jedem einzelnen die Auswertungen und den Trainingserfolg besprechen. Wenn wir merken, dass das Standardprogramm auf den Kunden nicht optimal passt, erhält er ein spezielles Übungsprogramm, individuell auf seinen Bedarf zugeschnitten. Falls sich bei den Re-Checks herausstellt, dass etwas nicht in Ordnung ist, machen wir einen Herz-Kreislauf-Check oder führen eine kostenlose Befundung durch einen Therapeuten durch bzw. ziehen einen Arzt hinzu.“

### Zusammenarbeit mit Ärzten

Das Fazz Medical Fitness arbeitet mittlerweile mit sehr vielen Ärzten zusam-

men, insbesondere mit Orthopäden, Allgemeinmedizinern und Internisten und bietet auch ein ärztlich betreutes Abnehmkonzept an. Einmal wöchentlich können die Mitglieder eine kostenlose ärztliche Beratung in Anspruch nehmen. Josef Husli: „Wir haben einmal die Woche einen Orthopäden bei uns im Hause und terminieren für unsere Mitglieder die Beratung. Der Arzt empfiehlt entweder dem Kunden in seine Praxis zu kommen oder er gibt Anweisungen an den Therapeuten bzw. an den Trainer, damit wir die Empfehlungen ins Training einfließen lassen können. Diese kostenfreie Leistung ist bei uns gut nachgefragt.“

Eine weitere Zusammenarbeit mit Ärzten findet im FPZ Rückenzentrum statt. Hierbei handelt es sich um eine integrierte Versorgung in Zusammenarbeit mit der Krankenkasse Barmer GEK, die in Singen einen ihrer Pilotstandorte hat. Insgesamt gibt es 26 Pilotstandorte in Deutschland mit etwa 174 Zentren. Das FPZ Rückenprogramm ist derzeit das erfolgreichste Rückenkonzept in Deutschland. Es wird von 1.520 Ärzten begleitet und wurde bereits von 40.000 Patienten in Anspruch genommen. Die FPZ zugelassenen Ärzte empfehlen ihren Rückenpatienten die Therapie. Josef Husli: „Da es sich um eine Therapie handelt, werden die Patienten durch den Arzt eingeschrieben. Wir arbeiten beim FPZ Rückenkonzept mit 18 Ärzten zusammen. Zuerst findet eine 1,5-stündige Analyse statt, bei der die Muskulatur gemessen wird. Das ist eine Einzeltherapie. Anschließend besprechen wir die Ergebnisse mit dem Patienten, der dann in eine Gruppe von ca. drei Personen integriert wird. Die Therapie hat eine Dauer von drei Monaten mit 24 Einheiten, Zwischen- und Endanalyse. Die Kosten werden von einigen Krankenkassen übernommen.“

Am Ende des Programms findet eine Beratung statt, um die Teilnehmer zu motivieren das Training als Selbstzahler fortzusetzen. Dieses Angebot nehmen ungefähr 30-35% unmittelbar nach der Therapie in Anspruch. Weitere kommen zu einem späteren Zeitpunkt, um eine Mitgliedschaft abzuschließen. Josef Husli: „Wir haben bei dieser Therapie sehr gute Erfolge. Die Patienten werden beim Therapeuten nicht geschont, sondern gehen über den



*Josef Husli ist Geschäftsführer des Kompetenzzentrums Fazz Medical Fitness, der Tibha Physiotherapie und des Moa Saunaland.*

Schmerz hinaus. Die Teilnehmer merken, dass es ihnen besser geht, weshalb viele denken, dass wieder alles in Ordnung ist. Sie bedenken aber nicht, dass die aufgebaute Muskulatur ohne Fortsetzung des Trainings wieder zurückgeht.“

#### **Im Vordergrund steht die Wissensvermittlung**

Demnächst wird es im Fazz Medical Fitness und der Tibha Physiotherapie in Zusammenarbeit mit einem Diabetologen ein spezielles Programm für Diabetiker geben, das zertifiziert werden soll. Vorträge und Seminare zum Thema Diabetes, Ernährung, Rücken, Herzkreislauf und Superkompensation werden sowohl für Mitglieder, als auch externe Teilnehmer, beispielsweise an Gesundheitstagen, angeboten. Die Vorträge halten Ärzte oder Therapeuten und finden in einem Rhythmus von sechs Monaten statt. Josef Husli: „Wir wollen dieses Angebot in Zukunft ausbauen und die Vorträge in kürzeren Zeitabständen anbieten. Dabei steht für uns die Weitergabe von Wissen an unsere Kunden und Interessenten im Vordergrund, nicht der Abschluss von Mitgliedschaften. Wir möchten keinen Druck aufbauen und haben seit langem nicht mehr das Ziel, bei den Veranstaltungen Mitgliedschaften abzuschließen. Wir bieten auch unsere Mitgliedschaften sehr flexibel an.“

#### **Flexibles Preissystem**

Die Preise sind im Fazz Medical Fitness durch ein Baukastensystem variabel zu wählen. Der Vorteil: Die Mitglieder zahlen nur, was sie wirklich nutzen. Der Kunde kann zwischen den Mitgliedschaften Fitnesstraining, Kursprogramm, Sauna und Power Plate wählen.

Alle anderen Leistungen können einzeln dazu gebucht werden. Der Grundpreis für den Baustein Fitnesstraining beträgt beispielsweise 14,99 € pro Woche bei einer Laufzeit von 24 Monaten, wobei jeder Vertrag vorzeitig gelöst werden kann. Josef Husli: „Wenn jemand bei uns eine Mitgliedschaft abschließt, kann er jederzeit wieder austreten und zahlt maximal einen Differenzbeitrag für die geringere Laufzeit. Wir gehen davon weg, die Kunden zu ihrem Glück zu zwingen. Heute weiß jeder, dass er etwas für seine Gesundheit tun muss. Wir machen auch keine Werbung, bei der wir etwas verschenken oder den Preis reduzieren. Es gibt allenfalls einen Einstiegsmonat ohne Verpflichtungen. Die meisten schließen danach ab, da die Erfolge sichtbar sind. Unsere Kunden erkennen den Wert der Mitgliedschaft, so dass eine Preisreduzierung nicht notwendig ist. Aus diesem Grund haben wir bewusst den Bereich Medical Fitness favorisiert und uns von einem klassischen Fitness-

Studio zur medizinischen Fitness weiterentwickelt. Diese Kompetenz heben wir auch mit unseren Werbemitteln hervor.“

#### **Präventionsmaßnahmen im Rahmen des BGM**

Firmenfitness ist einer der wichtigsten Schwerpunkte der Einrichtung Kompetenzzentrum für Gesundheit. Mittlerweile gibt es Kooperationen mit fünf großen Betrieben, Tendenz steigend. Das ist nicht zuletzt dem umfangreichen Angebot an Präventionsmaßnahmen zu verdanken beispielsweise zu den Themen Rücken, Ernährung, Selbstmanagement oder Rauchen, die von den Unternehmen für ihre Mitarbeiter gebucht werden können. Zudem besteht im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements eine Zusammenarbeit mit Ärzten, Psychologen und Apotheken. Über eine sogenannte „THERAGUIDE-Hotline“ erhalten die Mitarbeiter nicht nur eine Beratung zu Gesundheitsfragen, sondern können im Krankheitsfall eine bevorzugte Vermittlung von Terminen bei den Kooperationsärzten und Vergünstigungen bei den Kooperationsapotheken des Fazz Medical Fitness in Anspruch nehmen. Die Rabatte werden über eine Mitgliedskarte abgewickelt und stehen allen Mitarbeitern, unabhängig der Nutzung der Gesundheitsangebote, zur Verfügung.

Josef Husli: „Wir gehen auch in die Betriebe, analysieren die Arbeitsplätze und bieten den Mitarbeitern Pausengymnastik, Lauftrainings oder Nordic Walking an. Derzeit trainieren ca. 1.150 Firmenmitarbeiter im Fazz Medical Fitness. Die Kosten werden vom Betrieb übernommen.“

#### **Zur Person:**

Josef Husli ist gemeinsam mit seinen zwei Geschäftspartnern Geschäftsführer des Kompetenzzentrums Fazz Medical Fitness, Tibha Physiotherapie und des Moa Saunaland. Bereits seit 21 Jahren ist er in der Fitnessbranche tätig. Zu Beginn handelte es sich um ein klassisches Fitness-Studio, das sich vor 11 Jahren zu einer Premium Fitness- und Wellnessanlage entwickelte. Das Kompetenzzentrum für Gesundheit in Singen wurde vor fünf Jahren neu gegründet.

Anita Knöllner

