

# Alles im grünen Bereich

## Die Hamburger „Schmuggel Ladies“ geben ein gutes Beispiel in Sachen Umweltschutz

*Die etwas außergewöhnliche Namensgebung „Schmuggel Ladies“ für den Hamburger Fitnessclub kam durch die Lage am Schmuggelstieg zustande. Über diesen wurden früher Waren am Zoll vorbei geschmuggelt. Heute befindet sich hier eine Reihe von Geschäften, Restaurants und Arztpraxen. „Schmuggel Ladies“ ist ein kleiner Fitnessclub (fast) nur für*

*Frauen mit Zirkeltraining, Personal Training, Ernährungsberatung, Wellnessmassagen und Kinesio Taping, der sich über drei Stockwerke erstreckt.*

Christine Jatho, Betriebswirtin und Inhaberin der Schmuggel Ladies, war Chef-Controllerin in einem internationalen Konzern mit Kostenverantwortung für die Region Nord in Deutschland. Als Ausgleich zu diesem stressigen Job absolvierte sie eine Yoga- und Fitnesstrainerausbildung und entschied sich im April 2009 den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen mit der

Eröffnung eines Frauen-Fitnessclubs. Von Beginn an war ihr wichtig, ihren Mitgliedern nicht nur eine gute Trainingsbetreuung zu bieten, sondern mit der Unternehmensgründung auch ökologische Verantwortung zu übernehmen. Christine Jatho: „Zu unserer Philosophie gehört auch, Fairness groß zu schreiben, sowohl gegenüber unseren Gästen und Lieferanten, als auch gegenüber unserer Umwelt.“

Das Lauftraining, das Power Walking und Nordic Walking für Mitglieder und Kunden im Personal Training erfolgt zu allen Jahreszeiten an der frischen Luft. Direkt vor dem Schmuggel Ladies bietet sich dazu eine schöne Grünanlage mit schattigen Bäumen und einem Bachlauf an. Deshalb gibt es im Club selbst keine Laufbänder. Das Personal

Training kann auch von Männern gebucht werden und findet entweder als 1:1 Training außerhalb der Öffnungszeiten im Club, im Freien, in benachbarten Studios oder bei den Klienten zu Hause statt. Das Zirkeltraining ist den Mitgliedern vorbehalten, alle anderen Leistungen der Schmuggel Ladies können auch von Nichtmitgliedern in Anspruch genommen werden.

Die Trainingsgeräte laufen hydraulisch und kommen somit ohne Strom aus. Für die integrierten Pulsmesser werden statt Einweg-Batterien Akkus zum Wiederaufladen eingesetzt. Über das Energieunternehmen Lichtblick wird zu 100% Ökostrom und Ökogas bezogen. Der Strom kommt aus erneuerbaren Energien ohne Atom und ohne Kohle. Das Ökogas besteht aus 5% Biogas und 95% Erdgas. Die Schmuggel Ladies legen zudem Wert auf regionale Zulieferer, um weite Transportwege zu vermeiden. Unter anderem beziehen sie ihr Wasser und die Energieriegel von Hamburger Unternehmen. Im Büro werden Hängeregister, Mappen und Briefpapier bevorzugt aus recyceltem Altpapier verwendet. Außerdem wird weitestgehend auf Einweg-Getränkbehälter verzichtet, auf die Verwendung von Fair Trade Produkten geachtet und auf eine längere Haltbarkeit, beispielsweise bei der Trainerbekleidung, und im Ausschank gibt es für die Mitglieder Bio-Kaffee.

Bei der Inneneinrichtung wurde ebenfalls auf Umweltverträglichkeit und auf Produkte mit dem blauen Engel geachtet, beispielsweise bei der Auswahl der Farben und Lacke. Aufgrund des

Umstandes, dass sich das Studio über drei Etagen erstreckt, gab es viel zu streichen. Im Erdgeschoss befindet sich die Trainingsfläche und einen Stock darüber eine Galerie, die etwa die Hälfte der Fläche im EG ausmacht, mit Sitzzecke, Bar und Bücherecke. Im Untergeschoss sind Dusche, Umkleide und ein Raum für Massage untergebracht. Wo es möglich ist, werden Bio-Reinigungsmittel eingesetzt. Christine Jatho: „Gerade in dem sensiblen Bereich Reinigung und Desinfektion haben wir sehr viel experimentiert, um die optimale Lösung zu finden.“ Und um Müll zu vermeiden, gibt es im Waschraum keine Papier, sondern Mehrweghandtücher, die wiederum mit Bio-Waschmittel gereinigt werden.

Kommuniziert wird das Engagement für die Umwelt über die eigene Webseite und einen Tisch-Flipchart am Check-In. Christine Jatho: „Es ist nicht so, dass wir durch diese Maßnahmen Mitglieder gewinnen. Einige finden das gut, aber es ist kein Grund, um eine Mitgliedschaft abzuschließen. Wir tun dies ausschließlich aus der Verantwortung heraus, die wir als Unternehmer gegenüber unseren Kunden und der Umwelt übernehmen. Wir sollten der Nachwelt die Erde nicht in einem schlechteren Zustand hinterlassen, als wir sie vorgefunden haben. Das ist meine persönliche Einstellung. Privat lebe ich umweltbewusst und dann möchte ich im Unternehmertum nicht das Gegenteil tun, nur damit ich ein paar Euro sparen kann. Bei uns ist es die Summe aus den kleinen Dingen, die jeder auch zu Hause selbst machen kann.“



#### Zur Person:

Die Betriebswirtin Christine Jatho blickt auf eine 25-jährige Berufserfahrung in Handel, Vertrieb, Marketing und Controlling zurück. Zusätzlich zu ihrer Weiterbildung als Fitness- und Yogatrainerin absolvierte die Powerfrau unter anderem Zusatzausbildungen zur Massage- und Wellnesstherapeutin, ganzheitlichen Gesundheitstrainerin und zum Food-Coach. Durch ihre umfassenden Marketing-Erfahrungen gestaltet sie ihre Kampagnen komplett selbst.

#### Ökologie im „Lebe Fit!“ - Kerstin Goldstein: „Wir nehmen die Verantwortung für unsere Mitglieder ernst“

Das Fitness-Studio „Lebe Fit!“ im Münchner Stadtteil Giesing ist ein kleineres, aber außergewöhnlich engagiertes Frauenstudio. Seit der Eröffnung im April 2010 wird von der Inhaberin und ihren Mitarbeiterinnen Umweltbewusstsein und soziale Verantwortung im Unternehmen gelebt.

Die umweltfreundliche Studioführung zieht sich wie ein roter Faden durch den Club. Die Inhaberin Kerstin Goldstein: „Wir übernehmen Verantwortung für unsere Umgebung und unsere Kunden. Zudem bin ich der Meinung, dass man insbesondere als Kleinunternehmer einen Beitrag zum Umweltschutz bzw. zur Ökologie leisten kann und soll. Und nicht zuletzt möchten wir uns mit unserer Einstellung und unserem Tun von den Mitbewerbern abheben, anders agieren und uns anders präsentieren. Mir persönlich und meinen Mitarbeiterinnen ist der Schutz unserer Umwelt ein wichtiges Anliegen. Wir leben Nachhaltigkeit von Anfang an als Unternehmensphilosophie.“

#### Umweltverträglichkeit vom T-Shirt bis zu den Spindschränken

Das beginnt bereits beim Einkauf. Die T-Shirts für das „Lebe Fit!“-Team sind Fair Trade Naturtextilien aus Bio-Baumwolle, die nicht durch Chemikalien belas-



tet sind. Den Mitgliedern werden Bio-Getränke aus dem Naturkostladen, wie Bio-Tees oder Säfte angeboten oder Müsli-Riegel in Bio-Qualität. Das Reinigungspersonal verwendet ökologisches Putzmittel aus pflanzlichen und mineralischen Rohstoffen, die zu 100% biologisch abbaubar sind. Auch bei der Büroeinrichtung wurde darauf geachtet, dass der Drucker, und andere elektrische Geräte möglichst wenig Strom verbrauchen und umweltverträglich sind, gekennzeichnet mit dem Blauen Engel. Kerstin Goldstein: „Unseren Bürobedarf, wie Papier, Stifte und sonstiges Kleinmaterial, beziehen wir fast ausschließlich über ein ökofaires Versandhaus. Auch unsere Werbematerialien bestellen wir, soweit möglich, in 100% Recycling-Qualität. Die Kosten dafür liegen nicht viel höher, als bei normalen Produkten. Natürlich sind sie teurer als im Discountmarkt, aber das ist es uns wert. Alles andere sind nicht wir und entspricht nicht unserer Philosophie.“

Die Trainingsgeräte, wie Laufbänder und Kraffttrainingsgeräte, wurden bei einem deutschen Hersteller gekauft und kommen ohne Strom aus. Der Antrieb für die Cardiogeräte erfolgt dabei über die körpereigene Kraft. Auch in den Sanitärbereichen wurde darauf geachtet, sparsam mit den Ressourcen umzugehen. Um Energie zu sparen stellen sich die Duschen automatisch ab und in den Umkleide- und Sanitärbereichen ist das Licht über Bewegungsmelder geregelt. Auch die Spindschränke sind aus umweltschonenden Materialien hergestellt. Kerstin Goldstein: „Zudem kaufen wir Produkte möglichst aus der Region, um weite Transportwege zu sparen. Unsere Theke haben wir aus unlackiertem Holz von einem Schreiner aus München fertigen lassen, ungeachtet dessen, dass sie hochpreisiger ist. Auch bei Kleinprodukten im Studiobereich achten wir auf Ökomaterialien, beispielsweise bei den Trinkflaschen, die aus recyclingfähigem Material bestehen. Bei Artikeln, die wir aus dem Ausland beziehen, bevorzugen wir Fair Trade Produkte. Um unser Wissen weiterzugeben, finden sich auf unserer Webseite einige Tipps zu biologischer Ernährung und für einen nachhaltigen Lebensstil. Das kommt gut an. Wir hören immer mal wieder von Besuchern,



*Kerstin Goldstein, Inhaberin des „Lebe Fit!“, beim Training mit dem TRX.*

dass wir einen tollen und interessanten Webauftritt haben. Das ist ein Service an unsere Kunden und Interessenten.“

### **Soziales Engagement durch Unterstützung gemeinnütziger Projekte**

Die Mitglieder finden das soziale Engagement und den Einsatz für die Umwelt gut. Dennoch ist dies nicht der Grund, weshalb sie im Fitness-Studio „Lebe Fit!“ trainieren. Beim Abschluss einer Mitgliedschaft sind vielmehr die zentrale und verkehrsgünstige Lage mit öffentlichen Verkehrsmitteln, die überschaubare Größe des Studios, das zuvorkommende und kompetente Team und die individuelle Betreuung ausschlaggebend. Kerstin Goldstein: „Wir stellen unser ökologisches und soziales Engagement im Marketing nicht in den Vordergrund, man kann es aber unterschwellig wahrnehmen. Letztendlich führen wir diese Maßnahmen nicht zu Werbezwecken durch, sondern aus der Verantwortung für die Menschen, die bei uns trainieren und aus Verantwortung für eine bessere Umwelt.“

Zusammen mit den Mitgliedern werden regelmäßig Aktionen für Hilfsprojekte durchgeführt. Unter anderem fördert das „Lebe Fit!“ durch Geldzuwendungen die Münchner Organisation „REFUGIO“. REFUGIO unterstützt Menschen, die z.B. aufgrund von Folter in Deutschland im Exil leben. Dazu wurde eine Bücherbörse eingerichtet mit gut erhaltenen Büchern, die den Mitgliedern gegen eine Spende zur Verfügung stehen. Zudem wird jährlich eine Weihnachtsaktion durchgeführt, bei der die Mitglieder gebeten werden, Geschenke für gemeinnützige Organisationen mitzubringen. Die ersten beiden Jahre arbeitete „Lebe Fit!“ mit der Stiftung Kinderzukunft zusammen, die Kindern in Not hilft. Kerstin Goldstein: „Da haben wir Päckchen für Kinder

in Rumänien gesammelt. Letztes Jahr gingen die Weihnachtspäckchen an ein Münchner Kinderheim, das uns bereits im Vorfeld ihre Wünsche mitgeteilt hat. Auch für diese Kinder haben unsere Mitglieder wieder viele Geschenke gesammelt.“

Zweimal im Jahr finden Spiele im Gesundheitszentrum statt, bei denen jeweils drei Gewinnerinnen hervorgehen. Die Gewinnerinnen selbst erhalten als Siegesprämie ein kleines Geschenk. Der Geldbetrag, den das Gesundheitszentrum „Lebe Fit!“ zur Verfügung stellt, geht im Namen der Gewinnerinnen an ein gemeinnütziges Projekt. Das soziale Projekt, an das der Geldbetrag geht, wird bereits im Vorfeld der Aktion festgelegt. Zusätzlich zum Betrag, den das „Lebe Fit!“ zur Verfügung stellt, wird eine Sammelbox aufgestellt, mit der dieser durch die Mitglieder noch aufgestockt werden kann. Die regelmäßigen Aktionen dienen zusätzlich zum sozialen Engagement der Motivation der Mitglieder, z. B. auch im Sommer zum Training zu kommen.



### **Zur Person:**

Kerstin Goldstein hat ihr Studium zum Bachelor in Sportmanagement in den USA und ihr Masterstudium in Australien absolviert. Sie besitzt zudem mehrere Personal-Trainer, Fitness-Trainer und Kursleiter Zertifikate. Ihre Praxiserfahrungen sammelte sie während ihrer Tätigkeit in verschiedenen Studios und als Personal-Trainerin.