



#fitnessgladiator

Eröffnung des 1. FITNESS GLADIATOR in der ULC Sportwelt Bremen

Text Jonathan Schneidmesser

Herausfordernde Hindernisläufe wie Tough Mudder, das Spartan Race und der Strongman Run ziehen die Massen derzeit ebenso an wie die Show Ninja Warrior, in dem junge Athleten einen Hindernisparkour überwinden müssen. Bislang fehlte dem normalen Fitness-Club-Besucher eine Möglichkeit sich auf diese Läufe vorzubereiten. Das ändert sich mit dem FITNESS GLADIATOR, einem Hindernisparkour speziell für Fitness-Clubs. Wir waren als Medienpartner bei der Eröffnung der ersten Anlage in der ULC Sportwelt live vor Ort.

Am 30.06. wurde der weltweit erste FITNESS GLADIATOR in der ULC Sportwelt in Bremen eröffnet. Im Rahmen eines VIP-Opening konnten Fitness-Club-Betreiber und Interessierte den Hindernis-Parkour kennenlernen und selbst ausprobieren. Dieses Angebot nahmen über 120 Personen wahr, die aus allen Ecken Deutschlands anreisten.

Wie im alten Rom

Standesgemäß wurden alle Besucher

am Eingang von einem waschechten Gladiator begrüßt, bevor es dann weiter zur Eröffnungsrede von Markus Begerow, dem Geschäftsführer der ULC Sportwelt und Marcel Wergen, dem Geschäftsführer von Cube Sports, die den Hindernis-Parkour entwickelten, ging. Dort angekommen, erfuhren die Besucher etwas über die Hintergründe der Konzept Einführung. Dann war es soweit und alle Besucher folgten dem Gladiator zum Parkour.

Dort eröffnete Markus Begerow den FITNESS GLADIATOR feierlich, indem er ein rotes Band mit einem riesigen Schwert durchstach.

Dass sich der 250 m² große Hindernis-Parkour nicht nur zum Durchlaufen, sondern ebenfalls für funktionelles Training eignet, zeigten verschiedene Parkour-Spezialisten u. a. Lukas Steiner aus Österreich und verschiedene Teilnehmer der 1. Staffel des Ninja Warrior Germany.

Dann erklimm der Hausherr eines der Hindernisse und präsentierte die Anlage seinen Gästen. Diese konnten die Anlage auf eigene Faust erforschen und wurden dabei vom Parkour-Team angeleitet. Der FITNESS GLADIATOR in Bremen ist eine Outdoor-Anlage. Bei entsprechend hohen Decken ist eine Nutzung indoor ebenfalls denkbar. Der Parkour kann modular zusammengestellt werden, sodass den Mitgliedern immer wieder neue Herausforderungen geboten werden können. Der FITNESS GLADIATOR in der ULC Sportwelt besteht aus 13 Hindernissen, die unterschiedliche Anforderungen an die Mitglieder stellen. An der „Monkey

ladder“ gilt es möglichst schnell entlang zu hangeln, im „Spider tunnel“ muss das eigene Körpergewicht zwischen zwei Wänden nach oben bewegt werden, ohne dabei den Boden zu berühren, die „Spinning log“, ein sich drehender Balken fordert eine gute Balance und zum Abschluss geht es die „Warped wall“, eine gebogene Wand, nach oben.

Nachdem alle Teilnehmer einen Eindruck davon bekommen haben, was der FITNESS GLADIATOR ist, konnten sie nochmal mehr über die Hintergründe und die Möglichkeiten zur Etablierung des Hindernis-

Parkours im Fitness-Club erfahren. Diesen Part übernahm Marcel Wergen, der den anwesenden Club-Betreibern verschiedene Modelle präsentierte. Zum Abschluss waren alle Teilnehmer dazu eingeladen, sich bei einem leckeren Abendessen über das Geschehen auszutauschen.

Wir haben mehrere Facebook live-Übertragungen vor Ort gemacht. Diese können auf unserer Facebook-Seite www.facebook.com/bodymedia angeschaut werden. Hier zeigen wir die Hindernisse im Detail und haben einige Bilder vom Event hochgeladen.



Red Bull-Athlet Lukas Steiner

