PLAUENER ZEITUNG

Freie Presse | Montag, 20. Januar 2025 | Seite 9

Heute von 10 - 12 Uhr
für Sie am Redaktionstelefon:
CLAUDIA BODENSCHATZ
03741 408-15150
Fragen zu Abo, Zustellung
und Anzeigen unter:
0800 8080 123

UNFALL

Pferd rutscht aus: Reiter schwer verletzt

AUERBACH – Eher ungewöhnlicher Unfall zwischen Auerbach und Ellefeld im Vogtland: Wie die Polizei auf Anfrage informiert, war ein 59-jähriger Mann am Samstagabend auf seinem Pferd auf dem Fußweg der B 169 in Richtung Ellefeld unterwegs. Gegen 19.40 Uhr rutschte das Pferd plötzlich aufgrund von Eisglätte auf dem Fußweg aus und kam zu Fall. Während das Ross unverletzt blieb, zog sich der Reiter bei dem Sturz schwere Verletzungen zu und wurde vom rasch herbeieilenden Rettungsdienst in ein Krankenhaus gebracht. Der Mann war Polizeiangaben zufolge bei seinem Ritt leicht alkoholisiert. Das nach dem Unfall kurze Zeit freilaufende Pferd wurde offenbar von einem Verwandten des Mannes eingefangen und in den Stall gebracht. (gem)

PARKHAUS

Poller angezündet: Polizei sucht Zeugen

PLAUEN – Die Polizei sucht Zeugen einer Brandstiftung am Samstagmittag in Plauen. Wie die Polizei mitteilt, hatten bisher nicht ermittelte Personen gegen 13 Uhr im City-Parkhaus der Stadt-Galerie einen der Verkehrslenkung dienenden Pfahl angezündet. Weitere dieser Poller wurden aus ihrer Verankerung gerissen. Die bald am Ort des Geschehens eingetroffene Feuerwehr brauchte jedoch nicht eingreifen. Der Brand am Poller war rasch von herbeieilenden Passanten gelöscht worden. Die Höhe des Sachschadens beziffert die Polizei mit 1000 Euro. Nun bittet die Polizei um Hinweise zu verdächtigen Personen oder Handlungen im Bereich des City-Parkhauses. (gem)

HINWEISE nimmt das Polizeirevier Plauen unter Ruf 03741 140 entgegen.

Die Feuerwehr rückte wegen eines Alarms zum Plauener City-Parkhaus aus. FOTO: NANCY DIETRICH

Neuer Fitness-Trend erobert das Vogtland

Das Injoy in Syrau ist das erste Studio im Vogtland, das mit „Ajambow"-Kursen im neuen Jahr durchstartet. Die Fitness-Innovation steht exemplarisch für permanente Bewegung in der Branche - die sich auch andernorts beobachten lässt.

VON GERD MÖCKEL

Das Injoy in Syrau ist das erste Studio im Vogtland, in dem „Ajambow"-Kurse stattfinden - hier mit Trainerin Swetlana Sokolov im grünen Tank Top. FOTO: ELLEN LIEBNER

In Schwedt hat der Fitnessclub „Fit-Inn" vor nicht allzu langer Zeit ein Studio (Foto) eingerichtet. Nun expandiert das Unternehmen und eröffnet ein Studio in Auerbach. FOTO: NATHALIE WITTIG/FITINN

Carmen Grunwald (vorn) aus Mühltroff ist von „Ajambow" begeistert. „Beim Training im Zusammenspiel mit afrikanischen Rhythmen kann ich richtig schön loslassen." FOTO: ELLEN LIEBNER

VOGTLAND – Neues Jahr, neue Vorsätze - ein Trend, der sich stets auch in den Mitgliedsstatistiken vogtländischer Fitnessstudios abbildet. Doch allein darauf verlässt sich der kommerzielle Sportbetrieb der Region nicht. Jeder Anbieter setzt auf Imagepflege und eigene Akzente. Und zuweilen auch auf ganz neue Trends.

Das Injoy in Syrau zum Beispiel. Dort startet gerade ein neues Kursangebot so richtig durch. „Ajambow" heißt das neue Zauberwort.

Und zwar derzeit mit zwei „Ajambow"-Kursen. „Der Zuspruch spricht für sich, die Leute sind begeistert, da nimmt gerade etwas Fahrt auf. Ein dritter Kurs ist schon im Aufbau", sagt Studioinhaber Florian Köttnitz. Der „Ajambow"-Sport scheint auch deshalb ein Renner zu werden, weil Krankenkassen die Präventionskurskosten anteilig oder vollständig tragen. „Ein anderer Punkt ist: Ajambow macht in dieser Mischung aus Training und Musik einfach gute Laune. Und es bringt wirklich was für die Gesundheit."

Und das ist sogar empirisch belegt, betont der „Ajambow"-Entwickler Simon Werner mit Hinweis auf eine diesbezügliche Zusammenarbeit mit der Sportfakultät der Uni Leipzig. „Es gibt ein Gutachten dazu. Demnach erreichen wir nachweisbar tiefliegende Schichten der Muskulatur, das sorgt für weniger Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen." Hinter der „Ajambow"-Premiere auf dem Fitnessmarkt inklusive Messeauftritt im Herbst, sagt Simon Werner, liegen zehn Jahre Entwicklungsarbeit. Fünf Studios bieten derzeit solche Kurse an. Syrau ist das erste im Vogtland.

Simon Werner liefert mit seiner Leipziger Firma Ajambow das gesamte Kurs-Know-How und das unverzichtbare Werkzeug dafür: den „Ajambow" - ein aus Bio-Material gefertigtes und mit Wasser gefülltes Trainingsgerät, das einem gewellten Wanderstock ähnelt. Simon Werner: „Während der Übungen läuft das Wasser in verschiedenen Geschwindigkeiten durch unterschiedliche Querschnitte des Geräts. Das erzeugt die Vibrationen, denen wir die positiven Effekte zuschreiben." Dazu gibt es auf jede Altersgruppe zugeschnittene Musik von „Ajambow Dance" bis „Ajambow Hunting" und mehr als 70 Choreografien für jede Zielgruppe.

Auch das Reichenbacher Injoy behauptet sich in der stetig um weitere Anbieter wachsenden vogtländischen Fitness-Landschaft mit wissenschaftlich fundiertem Training. „Ganz neu sind unsere elektronischen Geräte, die das Training automatisch auf den individuellen Leistungsstand abstimmen", sagt Studioleiter Lukas Hauptmann. 20 dieser neuen Geräte gibt es bereits. „Mit den neuen Geräten kann der Muskel gezielt auf ganzer Länge trainiert werden. Damit werden Verkürzungen vermieden und behoben. Das nimmt den Druck auf Gelenke oder die Wirbelsäule und verringert somit Schmerzen."

> „Ein dritter Kurs ist schon im Aufbau."
>
> **Florian Köttnitz** Injoy Syrau

Für die neue Geräte-Armada hat das Studio sogar einen neuen Übungssektor eingerichtet und bietet zu dieser Art des Trainings passende Begleitkurse an. Diese Neu-Akzentuierung soll bei einem Tag der offenen Tür voraussichtlich im März vorgestellt werden. Auch das Studio in Plauen verfährt so - „Ajambow" wird am 25. Januar live und in Farbe präsentiert.

Andere vogtländische Studios setzen auf andere Alleinstellungsmerkmale, „ohne auf fundierte Trainingsbegleitung zu verzichten", betont Stefan Franke - Studioleiter von „Fit for 24" Reichenbach. „Bei uns kann halt immer trainiert werden, auch nachts oder an Sonn- und Feiertagen. Das, günstige Preise sowie die entspannte Atmosphäre hier halten uns auf Kurs." Das Studio wachse seit seiner Eröffnung vor vier Jahren kontinuierlich.

Und der Markt ist wohl längst nicht ausgereizt. In der Auerbacher Nicolaipassage eröffnet im Frühjahr die Club-Kette „Fit-Inn" ihr zweites Haus in Sachsen. Und das voller Selbstbewusstsein: „Wir öffnen nur einmal und schließen nie wieder." Clubchef David Scholz kündigt zudem 24/7-Öffnungszeiten an sowie spezielle Kompetenz in Sachen Gesundheitskurse. Im Angebot seien Rehasport-Kurse im Profil Orthopädie oder Power-, Tanz- und Mobilitätskurse. Auch in Treuen hat jüngst ein neues Fitnessstudio eröffnet. (gem/mit cze)

ANZEIGE

Bose Soundbar Smart Ultra
- Leistungsstarke, immersive Soundbar
- Unterstützung von Dolby Atmos
- KI Dialogue Mode für klare Stimmwiedergabe
- Steuerung per Sprachbefehl oder App
- WLAN und Bluetooth
- AirPlay2, Chromecast, Spotify Connect

statt 999,95 €
nur 699,- €[1]

+

statt 449,95 €
nur 399,- €[1]

Bose Subwoofer Bass Modul 500
- beeindruckende Basswiedergabe trotz kompakter Größe – für kraftvollen Spitzenklang
- Flexible Platzierung dank kabelloser Verbindung
- Einfache Einrichtung

BOSE®

Bose Quiet Comfort Ultra (Around Ear)
- bahnbrechendes immersive Audio von Bose
- Bis zu 24 Stunden Akkulaufzeit
- Erstklassiges Noise-Cancelling
- Modi für jede Stimmung
- Erstaunlich klare Telefonate
- Personalisierung per Bose Music App

statt 399,95 €
nur 333,- €[1]

1 Aktionspreis ggü. UVP gültig bei Kauf bis 26.01.2025 im Shop am Unteren Steinweg 8, Plauen

hifiboehm
TECHNIK-WELTEN ERLEBEN

Unterer Steinweg 8 - 08523 Plauen
Mo bis Fr 9.30 Uhr - 18.00 Uhr
Sa 9.00 Uhr - 13.00 Uhr
Shop & Beratung: 03741 / 28974 25

Expertentermin buchen
Hier gibt`s mehr von BOSE

hifiboehm GmbH -
Geschäftsführer: Torsten Böhm -
Unterer Steinweg 8 - 08523 Plauen

4325831-10-1