

# «Fitness gibt mir ein gutes Gefühl, nicht dicke Muskeln»

**Baden** Armin Vock feiert 25 Jahre Fitnesscenter Baden mit der offiziellen 5-Stern-Klassifizierung

VON ROMAN HUBER

Drinnen ertönt sanfte Unterhaltungsmusik. Dutzende von Trainingsgeräten und -maschinen stehen im grossen Raum verteilt, frisch poliert und einsatzbereit. Es ist neun Uhr, und am Eingang zücken 15 Senioren und einige Frauen ihr Ticket. Die Vorfreude auf ihr Fitnessstraining steht ihnen ins Gesicht geschrieben. Armin Vock begrüsst sie freundlich.

**25 Jahre im Fitness-Geschäft, da sind Sie zweifellos fit geblieben.** Armin Vock: Natürlich bin ich fit, ich betreibe auch verschiedenste Sportarten. Meine Frau hat sie mal gezählt: es sind etwa 100.

**Welche betreiben Sie am liebsten?** Das kommt drauf an. Im Winter stehe ich gerne auf die Skis, mache Touren. Im Sommer ist es Biken oder Klettern und Hochgebirgstouren..

**Trainieren Sie auch selber in Ihrem Fitnesscenter?** Hier arbeite ich, instruiere, erteile Lektionen, coache die Trainierenden. Nein, ich trenne Arbeit und Hobby.

**Sie haben dieses Fitnesscenter zuerst fittrimmen müssen.** Ich übernahm vor 25 Jahren an der Mellingerstrasse ein Konkurs gegangenes Fitnesscenter. Der Start war ausgesprochen harzig. Ich hatte die Situation ziemlich unterschätzt.

**Doch Sie haben es geschafft. Wie?** Zuerst stellte ich das Vertrauen zu den früheren Mitgliedern wieder her. Das brauchte viel Goodwill-Arbeit. Plötzlich löste sich der Knoten.

**Fitnesscenter gingen auf und zu. Was haben Sie besser gemacht?** Die individuelle und persönliche Betreuung macht es aus. Das nahm ich als ehemaliger Nationaltrainer der Schweizer Kunstturner mit. Man muss die Menschen, die sich hier körperlich betätigen, begleiten, be-

treuen und motivieren und sie nicht sich selber überlassen.

**Ist der Preis des Abonnements entscheidend?**

Eher nicht. Der Markt macht den Preis. Billig-Anbieter, die nur Geräte, aber keine professionelle Betreuung bieten, haben kaum eine Chance. Das merkt jemand, der weiterkommen möchte, sehr schnell. Das ist in der gehobenen Klasse ganz anders.

**Sie erlebten viele Fitness-Wellen: Aerobic, Spinning und viele andere, bis neuerdings das Zumba.**

In den 90er-Jahren löste Jane Fonda die Aerobicwelle aus. Gegen die von Amerika gesteuerten Booms kann man nicht ankämpfen. Die Leute schreien danach. Doch diese Gruppenformen – seit vier Jahren Zumba – verschwinden so schnell, wie sie gekommen sind.

**Aber man kann diese Wellen nicht ignorieren.**

Nein. Man muss sich jedoch gut überlegen, wie weit man mitreiten will. Ob sich das lohnt, ist oft schwer abzuschätzen.

**Und es benötigt immer das geeignete Personal.**

Der Erfolg ist stets von gut ausgebildetem Personal abhängig. Und man muss immer am Ball bleiben. Weiterbildung ist ein Muss. Denn was heute noch gültig ist, kann morgen schon vorbei sein. Das würde die Kundschaft rasch merken. Gerade das macht diesen Job aber interessant.

**Sie sind heute offiziell Fünf-Stern-Fitnesscenter. Was sagt das aus?**

Diese Klassifizierung des Verbandes ist vergleichbar mit der Hotelbewertung. 130 Kriterien wie ausgebildetes Personal und mehr werden regelmässig und unangemeldet kontrolliert. Wir haben schweizweit die höchste Gesamtpunktzahl erreicht. Darauf sind meine Mitarbeitenden und ich sehr stolz. Der Kunde erhält damit eine gute Aussage über die Qualität.



Armin Vock feiert in seinem Fitnesscenter an der Bahnhofstrasse das silberne Jubiläum.

ALEX SPICHALE

**Was ist mit dem Body-Building?**

Die Szene dominierte viele Jahre die Kraft-Welle. Ich war eben an der Fibo (internationale Fitnessmesse in Köln). Body-Building war nicht präsent.

**Sie hatten nie Probleme mit illegalen Muskelaufbaumitteln wie anabolen Steroiden oder so gehabt?**

Ein seriöses Fitnesscenter zieht diese Kundschaft nicht an, der es nur um Muskeln geht. Zudem führen wir seit jeher eine zweite Schiene, die sportmedizinische. Wir arbeiten mit Ärzten und Spitälern zusammen. Für den Muskelaufbau braucht es ergänzend zum Training allenfalls zusätzliches Eiweiss, aber nichts anderes.

**Ihr Geschäft funktioniert auch ohne Muskelprotze?**

Ich bin ja selber auch keiner (lacht). Für mich reicht es, fit zu sein.

**Das stellen Sie jeweils am Morgen vor dem Spiegel fest?**

Ich bin kein Narziss. Fitness gibt mir ein gutes Gefühl, nicht grosse Muskeln. Ich könnte in den Ferien keine drei Tage herumliegen, ohne mich zu bewegen. Das ist bei mir seit früher Kindheit so. Bereits mit sechs Jahren war ich im Kunstturnen, später turnte ich in der Nationalmannschaft. Inzwischen bin ich 61, und sportliche Aktivitäten sind für mich wichtig geblieben.

**Damit kann ich ja direkt zum Seniorenfitness-Boom überleiten.**

(lacht) Das Fitnessbewusstsein bei Senioren spüren wir enorm. Das ist keine kurzlebige Welle. Menschen im Seniorenalter merken, dass ihnen das Fitnesscenter körperlich wie gesellschaftlich Lebensqualität bringt. Die physischen Belastungen können wir individuell anpassen.

**Wie lange bleiben Sie im Geschäft?**

Unsere Söhne haben einen andern Weg eingeschlagen. Eine Geschäftsübergabe steht noch nicht zur Diskussion. Zusammen mit meiner Frau, ebenfalls Sportlehrerin, werde ich sicher noch ein paar Jahre hier sein.

## Nachrichten

### Bellikon Andrea Steger in Schulpflege gewählt

Da es für den frei gewordenen Sitz von Andrea Steger (parteilos) bis zum Ablauf der Anmeldefrist am 4. April keinen Kandidaten gab, hat sie sich als Schulpflegerin wieder zur Verfügung gestellt. Auch in der Nachmeldefrist blieb sie die einzige Kandidatin. Damit erlaubt das Gesetz eine stille Wahl, womit am 18. Mai in Bellikon keine Urnenwahl durchgeführt werden muss. (AZ)

### Ennetbaden Petra Keller übernimmt die Finanzen

Der Gemeinderat Ennetbaden hat Petra Keller aus Hottwil als neue Leiterin der kommunalen Finanzabteilung angestellt. Sie wird damit Nachfolgerin von Walter Hochuli, der Ende Oktober pensioniert wird. Zurzeit ist Keller noch Stellvertretende Leiterin Finanzen der Gemeinde Stein. (AZ)

## Apokalypse-Film: Letzte Szene in Ehrendingen

**Ehrendingen** Regisseur Luis Ventura hat das Drehbuch eines apokalyptischen Abenteuers geschrieben. Die perfekte Kulisse für eine Szene zum Teaser hat er in Ehrendingen gefunden.

VON PIRMIN KRAMER

Im Gebiet Kaltenbrunnen wird im Mai eine Szene für einen Teaser zum Kinofilm «Tetro Rouge» gedreht. Das Drehbuch stammt aus der Feder von Luis Ventura (26), der in Baden geboren ist und zurzeit in London wohnt. Bereits vor zwei Jahren drehte Ventura in der Region Baden den Kinofilm «A Confident Man».

Beim neuen Film handelt es sich um ein post-apokalyptisches Abenteuer. Edith Ventura, Produzentin der Redstone Productions AG, erklärt: «Unsere von Technologie abhängige Wegwerf-Gesellschaft hat den Regisseur dazu inspiriert, einen



Luis Ventura, in Baden geborener Regisseur.

ZVG

Blick in die Zukunft zu werfen. Dabei ist ein Abenteuerfilm entstanden, in dem die Menschheit auf ihre Überlebensfähigkeit zurückgeworfen wird.» Der Kurzfilm wird aus der Sicht von Skye erzählt, einer jungen Überlebenskünstlerin. Gejagt von einer Gruppe gnadenloser Söldner trifft sie auf Tetro, einen mysteriösen Einzelkämpfer mit dunkler Geschichte. Verfolgt von der Vergan-

genheit und auf der Suche nach einer Zukunft begeben sich die beiden auf eine europaweite Schatzsuche.

**Emotionale Schlusszene**

Im Mai wird nun der Teaser gedreht, ein Kurzfilm, mit dem für den späteren Kinofilm geworben werden soll. «Für den Teaser waren wir auf der Suche nach Drehplätzen in der Natur im Kanton Aargau. In Ehrendingen haben wir eine ideale Kulisse für die emotionale Schlusszene gefunden», sagt Edith Ventura.

Für den Kurzfilm werden vier Schauspielerinnen und Schauspieler aus England eingeflogen und drei Stuntmen aus der Region eingesetzt. Zum Einsatz kommen Schusswaffen aus der Filmrequisite. «Sie sehen sehr echt aus, werfen aber keine Projektile aus. Diese werden in der Postproduktion digital eingesetzt», erklärt Ventura.

Für die weiteren Szenen des Kinofilms werden auch andere Länder in

Betracht gezogen, um möglichst vielfältige Landschaftsbilder zu erhalten. «Ein grosser Teil wird sicherlich in der Schweiz gedreht, da wir hier besonders schöne und unterschiedliche Naturschauplätze finden», sagt Edith Ventura. Redstone sei eine Schweizer Produktionsfirma mit der Philosophie, den Schweizer Film lokal zu produzieren und international zu vermarkten.

INSERAT

BEST PRICE, BEST SERVICE

IHR UNABHÄNGIGER  
VOLVO-PARTNER  
IN DER REGION

**VOLVO**  
DIREKT



SKANDINAVISCHES AUTOMOBILE GmbH  
Mutschellenstrasse 25 5454 Bellikon Fon 056 485 89 00  
www.volvodirekt.ch