

Sorgt Fitness für ein längeres Leben?

Der Panathlon Club Aargau hat sich zum März-Meeting bei Club-Mitglied Armin Vock in seinem eindrücklichen Fitness- und Gesundheitszentrum Baden getroffen. Auf Schweissperlen folgten eine spannende Stadtführung und eine gemütliche Tafelrunde in der «Blume».

Armin Vock war erfolgreicher Kunstturner und Trainer des Nationalteams. Als diplomierter Sportlehrer und Herztherapeut hat er sich in den Dienst von Fitness und Gesundheit gestellt. Sein Center gibt es seit 30 Jahren, 2018 folgte der Wechsel an den heutigen Standort ins Falken-Gebäude am Schulhausplatz in Baden, wo auf einer Fläche von über 1300 Quadratmetern das Fünfsterne-Kompetenzzentrum angeboten wird. Dazu gehören die Sport-Physiotherapie mit angegliederter medizinischer Trainings-Therapie und ein Leistungs-Diagnostikcenter sowie die Zusammenarbeit mit Ärzten und Spitälern. Während des Besuches des Panathlon Clubs Aargau zur Hauptfrequenzzeit war es an den Geräten eher ruhig. «Noch leidet die Fitness-Branche unter den Folgen der Pandemie», erklärte Armin Vock. Wohl aus Respekt zur aktuellen Corona-Lage ist erst gut die Hälfte der Stammkundschaft zurück. «Es braucht wohl zwei Jahre», ist sich Vock sicher. Trotzdem hält er mit seinem Team nicht mit Zuversicht und Investitionen zurück. Ganz nach seinem Motto: «Fitness sorgt für ein längeres Leben», wird die finanziell herausfordernde Situation gemeistert. In praktischer Arbeit führte Armin Vock einem Teil der Teilnehmenden vor, wie auch im Alter Schweiss erzeugt und Muskeln aufgebaut werden können. Das gymnastische Aufwärmprogramm war wohl eher komplizierter als die Übungen an den Geräten. Nach einer angeregten Diskussionsrunde mit dem Glas auf dem Stehtisch zogen die Panathleten weiter zur Stadtführung und zu einer Auffrischung der historischen Kenntnisse. Badenfahrt, Cordulafest, Spanischbrödlbahn oder die Zeit Badens als Untertanengebiet riefen Erinnerungen wach. Schliesslich versammelte sich die Panathlon-Delegation im Damensalon/Aqua des legendären Atrium-Hotels Blume im futuristischen Bäderquartier mit Blick in das neue «Fortyseven». Bei bester Stimmung reichte der Diskussionsstoff zur aktuellen Lage für ausgiebige Gespräche und unterschiedlichen Meinungen. Armin Vock erhielt Lob und Dank für den freudvollen Abend und als Fazit stand fest: Fitness sorgt für ein längeres Leben!



Gemütlich, interessant und unterhaltend:
Das Panathlon-Aargau-Meeting vom März 2022

