

Fitness für das Studio

Prae-Fit setzt sich durch

(Aerobic & Fitness, 08/03)

Das kürzlich eingeführte Gütesiegel Prae-Fit, über das wir in der letzten Ausgabe bereits berichteten, setzt sich durch. Lesen Sie im nachfolgenden Interview mit Priv.-Doz. Dr. Theodor Stemper, wie sich die Verbreitung des Siegels entwickelt und was für Sie wichtig ist.

AF: Wurde seitens der Studiobetreiber schon Informationsmaterial angefordert?

Dr. Stemper: Die Studiobesitzer sind sehr interessiert. Die Hotline wird täglich kontaktiert. Anfragen werden umgehend am gleichen Tag beantwortet.

AF: Zu welchem Zeitpunkt ist damit zu rechnen, dass erste Studios das Prae-Fit-Siegel erhalten?

Dr. Stemper: Die ersten Studios wurden bereits zertifiziert. Allein im Köln-Bonner Raum 5 Damen-Studios und 2 gemischte Anlagen. Auch in den neuen Bundesländern ist das erste Studio zertifiziert worden, Fitness-Class in Magdeburg.

AF: Welche Kosten entstehen dem Studiobetreiber in Verbindung mit dem Prüfsiegel?

Dr. Stemper: Die Prüfung kostet 500 Euro zzgl. MwSt. Darin enthalten ist bereits der Prüfbericht und die Prüfungsurkunde (Zertifikat). Zusätzlich müssen die Fahrtkosten des Prüfers erstattet werden.

AF: Welche »Service-Leistungen« (Informationen, Updates, PR-Leistungen) erhält der Studiobetreiber zzgl. zur Erteilung des Siegels.

Dr. Stemper: Prae-Fit hat eine hervorragende Marktdurchdringung, da es exklusiv von den drei größten gemeinnützigen Verbänden im Bildungswesen des Fitnessbereichs, DSSV, DFAV und DFLV, unterstützt und beworben wird. Prae-Fit hat einen hervorragenden Image-Transfer, da es das einzige Prüfsiegel ist, das vom AOK Bundesverband empfohlen wird. Prae-Fit hat

eine hervorragende Akzeptanz auch bei anderen gesetzlichen und privaten Krankenkassen, von denen bereits jetzt Kooperationsanfragen vorliegen. Prae-Fit hat einen hervorragenden wissenschaftlichen Back-ground, da es durch ein Expertenteam unter Vorsitz von Priv.-Doz. Dr. Theodor Stemper (Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf) einer ständigen Qualitätsoptimierung unterzogen wird. Prae-Fit hat eine hervorragende Präsenz auch auf der gesundheitspolitischen Ebene, vor allem vermittelt über die Aktivitäten des DSSV e.V. im BdA (Bundesverband der deutschen Arbeitgeberverbände) und den großen politischen Parteien. Prae-Fit hat eine klare low-cost-Struktur, da die Prüftätigkeiten lediglich mit einer Aufwandsentschädigung honoriert werden. Prae-Fit lässt sich werblich durch einen vorbereiteten Presstext und weitere Zertifikate und Prae-Fit-Schilder darstellen.

AF: Für welchen Zeitraum gilt die Erteilung?

Dr. Stemper: Für 2 Jahre – Prüfung dazwischen ggf. unangemeldet.

AF: Wer ist der zentrale Ansprechpartner für Fragen in Bezug auf das Prüfsiegel?

Dr. Stemper: Hotline-Nr. 0221 / 2713 5995, im Internet – Fragen werden je nach Ausrichtung direkt an mich bzw. meine Mitarbeiter weitergeleitet.

AF: Gibt es spezielle Informationen für Trainer zu Prae-fit?

Dr. Stemper: Wichtig für Trainer: Trainer in Prae-Fit-Studios müssen lizenziert sein. Die sportlichen Leiter des Studios bzw. der Sektionen (Geräte; Kurse) mindestens mit A-Lizenzen.

AF: Werden für Trainer Zusatzqualifikationen notwendig, wenn sie in einem Prae-fit-Studio Kurse geben wollen?

Dr. Stemper: Unterscheidung zwischen Kursen, die »frei« und solchen, die mit Unterstützung der Krankenkassen angeboten werden. Für letztere gelten die Vereinbarungen der Kassen zum Profil der jeweiligen Kursanbieter, entsprechend den Bestimmungen des § 20 SGB V, Abs. 1 und 2.

AF: Wie sehen Sie die Zukunft eines zertifizierten Studios in Bezug auf den Aspekt Wirtschaftlichkeit und Akzeptanz im Kundenkreis?

Dr. Stemper: Prae-Fit wird sich m.E. bei entsprechender Darstellung durch das soeben erst begonnene Marketing mit großem Erfolg im Markt platzieren, da es einen hohen ethischen Standard setzt, nicht primär kommerziell ausgerichtet ist, die Selbstverantwortung für die eigene Gesundheit aller Menschen stärkt, und dazu ein hochwertiges und attraktives Angebot promotet.

AF: Vielen Dank für das Gespräch

Zur Person

Priv. Doz. Dr. phil. Theodor Stemper wurde am 19.09.1955 geboren, ist verheiratet, hat zwei Kinder und lebt in Köln.

Berufliche Stationen

- Abitur
- 1974 Städtisches Neusprachliches Gymnasium, Warstein (Sauerland)
- Studium
- Sportwissenschaft (Diplom: Deutsche Sporthochschule Köln, DSHS)
- Anglistik (Lehramt Gymnasium: Uni Paderborn, Uni Köln)
- Examina
- 1979 Diplom-Sportlehrer (August-Bier-Plakette für das beste Examen des Jahres),
- 1982 Erstes Staatsexamen Englisch,
- 1985 nach Referendariat am Gymnasium Zweites Staatsexamen.
- Promotionsstudien
- DSHS Köln und Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf,
- 1994 Promotion zum Dr. phil. im Hauptfach Sportwissenschaft und den Nebenfächern Anglistik und Pädagogik.
- Habilitation und Ernennung zum Privatdozenten
- Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, Philosophische Fakultät, 26. Juni 2001.

Berufstätigkeit

- 1980-1982: Wissenschaftlicher Mitarbeiter/Diplom-Sportlehrer an der DSHS Köln, Institut für Sportspiele (Fußball)
- 1982-1988: Lehrauftrag an der DSHS Köln, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, Abt. Rehabilitation Innerer Erkrankungen
- seit 1985: Wissenschaftlicher Angestellter im Institut für Sportwissenschaft der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf mit den Arbeitsschwerpunkten:
 - Trainingswissenschaft, Leistungsphysiologie;
 - Fitnessstraining, Gesundheitssport, Sporttherapie / Rehabilitation;
 - Didaktik, Schulpraktische Studien; Sportspiele.
- Freiberufliche Tätigkeit
- Seit 1980: Vielseitige Seminar- und Referententätigkeit bei sportwissenschaftlichen und sportmedizinischen Fachverbänden und –organisationen, Fachmessen (z.B. ISPO, FIBO), Industrieunternehmen
- Seit 1997: Vorsitzender des Wissenschaftlichen Beirats und Ausbildungsleiter des DSSV e.V. (Deutscher Sportstudio-Verband, Mitglied im BDA)
- Ausgewählte Veröffentlichungen
- Mehr als 80 Artikel in Fachzeitschriften mehrere Software-Programme (u.a. Fitness-Checks),

Bücher u.a.:

- STEMPER, Th., SCHÖTTLER, B., LAGERSTRÖM, D.: Fit durch Bewegungsspiele. Perimed-Verlag, Erlangen 1983
- STEMPER, Th.: Gesundheit - Fitness - Freizeitsport. Bund-Verlag, Köln 1988
- STEMPER, Th., WASTL, P.: Circuittraining. Falken-Verlag, Niedernhausen 1994
- STEMPER, Th.: Effekte des gerätegestützten Fitnessstrainings (zugl. Dissertation). SSV-Verlag, Hamburg 1994
- STEMPER, Th., WASTL, P.: Gerätegestütztes Krafttraining. SSV-Verlag, Hamburg 1995.
- PETERS, CH., STEMPER, Th.: Laufen. Falken-Verlag, Niedernhausen 1996, 1999, 2002
- STEMPER, Th. (verantwortlich): Lehrbuch Lizenziertes Fitness-Trainer DSSV. SSV-Verlag, Hamburg 1999, 2002