



---

Ärzte Zeitung, 02.11.2005

---

## **zt im Fitneß-Studio - das hat Perspektive!**

**Sportcenter suchen die Zusammenarbeit mit Niedergelassenen / Spezielle Fortbildung dauert 60 Stunden**

**HEIDELBERG.** Kollegen, die sich über den Praxisbetrieb hinaus engagieren, sichern die eigene Zukunft. Eine Möglichkeit ist die Kooperation mit Sportvereinen, aber auch mit Fitneß- und Gesundheitsstudios. Dafür gibt es spezielle Fortbildungsangebote.



**Sportler im Fitneßstudio wissen es zu schätzen, wenn ihnen regelmäßig ein Arzt als Ansprechpartner zur Verfügung steht.** Foto: imago

Von Swanett Koops

Sportstudios und Fitneßcenter arbeiten immer häufiger mit Ärzten zusammen, die die medizinische Betreuung der Sportler übernehmen. Für diese Aufgabe ist besonders gut gewappnet, wer die Zertifizierung zum "Arzt im Sport- und Fitneßcenter" besitzt. Bei der Ausbildung geht es dabei nicht nur um Laktat- und Leistungsgrenzen, auch rechtliche oder organisatorische Aspekte sind ein wesentliches Thema.

Wer sich entschließt, eine Zertifizierung als Arzt im Sport- oder Fitneßstudio anzustreben, der hat gute Aussichten, daß sich diese Investition lohnt: "Bundesweit gibt es inzwischen etwa 400 Kollegen mit diesem Zertifikat, benötigt werden aber etwa 4000", berichtet Dr. Wolfgang Grebe, Internist und Sportarzt aus Frankenberg. Denn, so meint Grebe: Eine qualifizierte medizinische Betreuung als ein Aushängeschild für die Qualität wird für die Studios immer wichtiger.

### **Sportmedizinische Grundlagen sind kein Teil des Studiums**

Natürlich könnte theoretisch jeder Kollege solch eine Beraterfunktion in einem Sportstudio übernehmen. Doch Grebe sieht Probleme bei den medizinischen Grundlagen: "In Deutschland ist das nötige Grundwissen für den Arzt im Sportstudio kein Bestandteil der normalen Ausbildung."

Als Beispiel führt er die Körperfett-Analyse an: Dies sei etwas, worüber ein Arzt im Studium nichts erfahren würde, was aber für eine qualitätsgesicherte, ärztlich betreute Gewichtsabnahme sehr wichtig sei.

Dementsprechend umfangreich ist dann auch das Programm, das die Zertifikat-Anwärter absolvieren: Da stehen nicht nur die aus der Sportmedizin bekannten Grundlagen wie die klinische Untersuchung oder Prüfung von Koordination, Muskel- und Gelenkstatus, Ernährung, Trainingsmethoden oder Ausdauertraining auf dem Programm. Auch Organisation, finanzielle und rechtliche Aspekte, Entspannungsübungen oder die Dopingproblematik sind Themen in den Kursen.

**In den Kursen werden außer medizinischen auch rechtliche Fragen geklärt.**

Die Ausbildung dauert insgesamt 60 Stunden, die auf 16 Blöcke á drei oder vier Stunden auf vier Wochenenden verteilt sind. Am Sportmedizinischen Institut der Universität Paderborn - eine der Institutionen, die die Fortbildung samt anschließender Zertifizierung anbieten - kostet ein Wochenende zum Beispiel 350 Euro.

### **Ärzte-Netzwerk betreut ein Fitneß-Studio**

Wer das Zertifikat erworben hat, kann sich Gedanken über die Art der Zusammenarbeit mit dem Sportstudio machen. Grebe arbeitet zum Beispiel in einem Netzwerk von Kollegen und einem Sportstudio in der Region. Jedem, der mit dem Training im Studio beginnen will, wird zunächst ein Gesundheitscheck bei Grebe oder einem Kollegen dringend ans Herz gelegt.

Bezahlen muß er dafür nicht, Grebe rechnet die nach GOÄ anfallenden 80 Euro über einen Beratervertrag direkt mit dem Studio ab. Es bietet den Gesundheitscheck als Service an - enthalten in einer etwas höheren Mitgliedsgebühr.

Für weitere Fragen oder Beurteilungen besucht Grebe die Sportler dann auch direkt im Studio, was ebenfalls über den Vertrag mit dem Studio geregelt ist. Die Konditionen seien ähnlich wie in der Betriebsmedizin mit einem Stundenlohn von 125 Euro. Es ist aber auch möglich, daß Ärzte stundenweise ins Studio kommen oder nur als Ansprechpartner bei Problemen fungieren. "Da muß jeder selbst sehen, wie sich das in seinen Praxisalltag integrieren läßt", rät Grebe.

### **Vorträge kommen bei den Sportlern sehr gut an**

Zu den Tätigkeiten von Ärzten im Fitneßstudio gehören aber nicht nur die Leistungsdiagnostik und medizinische Betreuung. Auch Vorträge im Studio sind sehr gefragt. Denn es sei viel effektiver, statt in der sterilen Praxis Informationen etwa zum Thema Übergewicht im Studio weiterzugeben - mit anschließendem Training. Dadurch wird eine "Brücke zwischen Praxis und Theorie geschlagen", so Grebe.

Zudem sieht der Sportmediziner viele weitere Chancen mit dem Zertifikat in der Tasche: "Wenn sich ein Kollege zum Beispiel bei speziellen Entspannungsmethoden gut auskennt, warum soll der nicht als Arzt in einem Fitneßstudio auch diesen Bereich abdecken?"

