

Let's have fun, let's have ‚Spine-swing‘

– created by Dr. Wolff

Im Fitness-Markt ist eine Innovation für die Zielgruppe 40+ geboren und feierte schon Premiere!

Spine-swing... eben keine herkömmliche Wirbelsäulengymnastik, sondern das ‚rhythmische Bewegungserlebnis‘ mit Power und Elan.

Dass man mit 40 noch lange nicht zum ‚alten Eisen‘ gehört, zeigte die überzeugende Neuentwicklung von Dr. Hartmut Wolff, die am 14.8.04 in Worms im Fitness-Studio Black & White in der Alzeyerer Str. 121, erstmalig vorgestellt wurde. Trotz des sogenannten Sommerlochs waren zahlreiche Fachteilnehmer aus der Fitness-, Reha- und Wellness-Branche anwesend, die bereits bei der ersten Bekanntmachung dieser Weltneuheit – und so kann man dies selbe spontan auch wirklich bezeichnen – sofort äusserst motiviert bei der Sache waren...

... man nehme eine Stange, ein sog. Lenkrad, etwas Gewicht je nach Bedarf und Konstellation, einen Gummidreheller und los geht's mit Rythm and Blues, modernem Dancefloor oder was auch immer for kind of music, Hauptsache es ‚swingt‘ – in your spirit, in your mind, in your body.

Die spontane Idee zu seinem neuen 40+ Rückenfit-Kurs ‚Spine-swing‘ und den dazugehörigen bodenständischen Gerätschaften kam Dr. Wolff erstmals in seiner Werkstatt in Arnsberg. Er hatte die neue Kreation eigentlich nur unbeschwert und unbewusst von seinem Rotationstrainer abgeleitet: so stand er eines Tages mitten in seiner Arbeits- und Produktionsstätte, hatte einen quasi ‚besonders‘ schöpferischen Moment, nahm eine robuste Stahlstange zur Hand und meinte: „So Jungs, nun macht mal das Radio an...“ Er nutzte im Prinzip in diesem Augenblick einfach

nur gezielt und effektiv die ‚Gunst der Stunde‘ eines recht wirkungsvollen Kreativ-Schubes.

So geht ‚Spine-swing‘, eigens produziert in Arnsberg, schon nach kurzer Zeit gleich auf Deutschlandtour von Worms über Stuttgart bis Hamburg (die erste Tour wird am 1.10. 2004 beendet sein), und dem jeweiligen Teilnehmer wird von Beginn an ein neues und glaubhaftes Trainingsgefühl vermittelt, ohne Kompliziertheit und unnötigen ‚Schnick Schnack‘.



Kaum war diese Revolution geboren, wurden gleich spontan 4.000 relevante Anlagen in unserer Szene und Branche angeschrieben. Denn Dr. Wolff wusste von Anfang an, dass das Ganze wie geschmiert laufen wird, am besten noch zusammen mit entsprechender funmachenden, aber auch gezielt gesunden rückentrainierenden Choreographie. Er wandte sich umgehend an Manuela Böhme, die sein Konzept von Anfang an sehr überzeugend und genial fand.



Eine Reportage von Christina Drewing

Deshalb machte sie sich gleich einmal ernsthafte Gedanken zum Thema Dancing in Verbindung mit gesunden und dynamischen Bewegungen – weil man eben mit Dr. Wolff's ‚Spine-swing‘ auch entschieden Balance trainiert.

Mit Manuela Böhme zusammen entwickelte Dr. Hartmut Wolff rasch zwei griffige Workshop-Konzepte: Die Ausbildung des *SPINE-SWING-INSTRUCTORS* (Grundschule) bis hin zu einer niveaувollen 2-Tagesschulung zum *SPINE-SWING-BASIC-INSTRUCTOR*. Abwechslungsreiche Choreographien und die konsequente Weiterentwicklung des Kurssystems garantieren hier einen langfristigen Support.

Dazu Manuela Böhme: „Die vielfältigen Einsatz-Varianten des ‚Spine-swing‘ geben dem kreativen Kursleiter unterschiedlichste Gestaltungsmöglichkeiten. Ein weiterer entscheidender Vorteil dieses neuen Trainings: Das Programm ist leicht erlernbar.“

Deshalb ist ‚Spine-swing‘ ein absoluter Mehrwert für Ihr Kursangebot!

Was ist ‚Spine-swing‘ ?

- Eine Ergänzung zu bisher allen bestehenden gesundheitsorientierten Trainings-Angeboten zum Thema Rückenfitness in modernen Gesundheitssportanlagen.
- Ist anders als jegliche herkömmliche Wirbelsäulengymnastik und bringt den absoluten Schwung in neue Rückenkurse.
- Ein multifunktionales Trainingsmedium mit einer hohen Übungsvielfalt – damit überzeugen alle Kursleiter.
- Damit erfährt jeder Kursteilnehmer dieses Gerätes nicht nur einen angenehm unterstützenden Trainingspartner, sondern auch einen überaus variablen Belastungsgeber für unterschiedliche Trainingsintensitäten.



Fotos: Christina DREWING



- Ein klasse ‚warm up‘ ohne jeglichen Einsatz von Gewichten.

- Training von Gleichgewichtssinn und Stabilität (Stand- und Gang-Sicherheit).

Mit ‚Spine-swing‘ vermitteln Sie mehr Bewegungsqualität durch:

- Komplexes Haltungstraining

- Anspruchsvolle koordinative Inhalte

- Kraftausdauerbetonte Sequenzen

- Alltagsnahe Belastungsfolgen

- Koordinative und rhythmusschulende Elemente

- Individuelle Belastungssteuerung der Teilnehmer

Und das ganze dazu benötigte Material ist dabei unverwundbar (Material der Stangen: pulverbeschichtetes Präzisionsrohr) - also zum Glück kein Blendwerk für ein nur relativ kurzlebiges Geschäft. Fast alles ist hier überwiegend aus solidem deutschem Stahl gemacht und somit schon von vornherein für den robusten und langlebigen Profi-Einsatz prädestiniert. Die ganze ‚Spine-swing‘-

Innovation von Dr. Wolff aus Arnberg ist also somit grenzenlos belastbar, weil sie, wie nur noch in sehr seltenen Fällen unserer deutsche Industrie, in handgemachter Wertarbeit produziert wurde – deshalb: ‚back to the roots‘, denn das zahlt sich für Sie in Euro und Cent aus.

So kostet ein Startpaket von ‚Spine-swing‘ von Dr. Wolff kompakt & verschweist nur: Euro 1.790.-

Dieses Paket beinhaltet:

- 1 Transportwagen zur Aufnahme von 15 ‚Spine-swing’s‘ plus entsprechenden Hantelscheiben

- 10 + 1 ‚Spine-swing‘

- 2-Tagesschulung zum ‚Spine-swing‘-Basic-Instructor

- Marketing-Paket mit Poster, Gutscheine-Karten und Werbetexten

Also: Mehr Spass for ‚best Ager‘, die fließend weiche Bewegungen lieben: Der neue ‚Spine-swing‘-Kurs von Dr. Wolff ist ein vitalisierendes Bewegungserlebnis ohne jegliche Grenzen.

Infos: Tel. 02932/47574-0
www.dr-wolff.de

