

# MRS.SPORTY

PRESSEINFORMATION

## **So läuft das Training nach dem Lockdown ab: 90 Mrs.Sporty Fitnessclubs in ganz Österreich öffnen ihre Türen**

*Wien, 17.05.2020* – Die Vorfreude in den insgesamt 90 österreichischen Mrs.Sporty Studios, die für Frauenfitness bekannt sind, ist riesig: Ab dem 19. Mai dürfen die Fitnessclubs landesweit wieder öffnen. „Wir haben so lange darauf hin gefiebert und können es kaum abwarten, endlich wieder mit den Frauen live vor Ort zu trainieren“, sagt Marion Scheiterer, die zwei Clubs in Niederösterreich betreibt. Und der Bedarf ist enorm: Zwar konnten die 40.000 Mitglieder in den letzten Monaten über die Online-Plattform zuhause weitertrainieren. Aber viele betonten, wie wichtig das Training im Club für ihre Motivation ist. Auch die mangelnde Bewegung im Alltag durch Home Office und das Zuhausebleiben haben ihre Spuren hinterlassen. „Sport ist ein immens wichtiger Faktor in der Prävention von Krankheiten. Viele haben nicht nur mit Corona-Kilos, sondern auch mit gesundheitlichen Problemen wie Rückenschmerzen oder erhöhtem Blutdruck zu kämpfen – das gehen wir jetzt gemeinsam an!“, so Scheiterer. Die Mitglieder der Franchise-Marke trainieren dazu mit funktionellem Training und dem Einsatz von digitalen, kontaktlosen Smarttrainern. Damit lassen sich Hygiene- und Sicherheitsvorkehrungen sowie Abstandsregeln sehr gut umsetzen.



# MRS.SPORTY

*BU: „Endlich geht es wieder los“- Trainer\*innen und Mitglieder der Mrs.Sporty Studios fiebern der Wiedereröffnung am 19. Mai entgegen.*

Sechs Monate haben die Mitglieder, Trainer\*innen und Betreiber\*innen der Mrs.Sporty Studios auf die Wiedereröffnung gewartet. „Die Live Community, die persönliche Betreuung und die familiäre Atmosphäre in den Clubs sind einfach das, was die Frauen begeistert und am Ball hält“, sagt Marion Scheiterer. Die Trainer\*innen und Frauen kennen sich hier persönlich. Die Mitglieder trainieren in Kleingruppen nach ihrem individuellen Trainingsplan und werden von digitalen Smart Trainern unterstützt. „Es macht uns wahnsinnig glücklich, das alles wieder im vollen Umfang anbieten zu können“, ergänzt Scheiterer.

## **Online- und Club-Training: die ideale Kombination**

In den vergangenen Monaten konnten sich die Mitglieder über die Online-Live-Trainings auf der Plattform [Mrs.Sporty@Home](#) zuhause fit halten. Das Angebot wurde sehr gut angenommen. Trotzdem fehlen den meisten Frauen die Clubbesuche: „Die Frauen haben uns immer wieder gesagt, wie sehr sie das Training vor Ort vermissen – gerade, weil die Live-Community für einen extra Motivationsschub sorgt“, erklärt Snjezana Topic, die als Franchise-Nehmerin vier Clubs in Wien betreibt. Mrs.Sporty@Home wird den Mitgliedern auch weiterhin als Ergänzung zum Training im Club zur Verfügung stehen. So können sie jederzeit flexibel entscheiden, ob sie im Club oder online trainieren möchten und können beispielsweise auch im Urlaub auf die Workouts zugreifen.

## **Die Folgen des Bewegungsmangels bekämpfen**

Ein besonderer Fokus der bekannten pinken Frauenfitnessstudios ist zudem die Prävention von Krankheiten. „Auch aus dieser Perspektive ist es ein wichtiger Schritt, die Clubs jetzt wieder zu öffnen“, erklärt die Fitnessexpertin Isabella Kling aus Linz, die sechs Clubs in Oberösterreich führt. Denn Home Office, fehlende Freizeitaktivitäten und das Zuhausebleiben haben unsere Bewegung im Alltag stark reduziert. Das bleibt nicht ohne Folgen. Viele Frauen berichten bereits von Gewichtszunahmen, Rückenproblemen oder erhöhtem Blutdruck. „Gemeinsam mit den Mitgliedern gehen wir nun aktiv die Corona-Kilos und die gesundheitlichen Auswirkungen des Lockdowns an. Wir rechnen sogar mit einem Anstieg der Anmeldungen, denn die Frauen wollen wieder etwas für sich und ihre Gesundheit tun“, so Kling weiter.

## **Outdoortraining mit Mrs.Sporty schon jetzt möglich**

Wer nicht mehr bis zum 19. Mai warten will und direkt etwas für die Gesundheit und Fitness tun will, dem bieten einige Mrs.Sporty Clubs schon jetzt Outdoor-Trainings an.

# MRS.SPORTY

## Übersicht der Hygieneregeln in den Mrs.Sporty Clubs ab 19.Mai

Damit die Mitglieder vor Ort sicher und mit einem guten Gefühl trainieren können, setzen die Mrs.Sporty Boutique-Fitness-Clubs umfassende Schutzmaßnahmen um:

- **Test- und Registrierungspflicht:** Um im Club trainieren zu können, müssen die Mitglieder einen negativen Test nachweisen können, der nicht älter als 24 Stunden ist. Genese und geimpfte Personen sind davon ausgenommen. Zudem besteht eine Registrierungspflicht, sodass alle ihre Kontaktdaten und Aufenthaltszeit angeben müssen.
- **Reduzierung Aufenthaltszeit:** Durch das kompakte, effektive funktionelle Training in 30-Minuten-Einheiten war die Verweildauer von durchschnittlich 40 Minuten schon immer recht kurz. Ab sofort sind die Mitglieder dazu angehalten, wenn möglich direkt in Sportkleidung zum Training zu kommen. Lediglich die Schuhe werden dann gewechselt.
- **Desinfektionsmittel und Luftaustausch:** Alle Clubs sind mit Spendern im Eingangsbereich sowie in weiteren Bereichen ausgestattet. Kleingeräte, wie Hanteln, werden direkt nach dem Gebrauch desinfiziert. Das regelmäßige bis dauerhafte Lüften der Räume ist selbstverständlich.
- **Zwei Meter Abstand:** Jedem Mitglied steht für seine 30-Minuten Trainingseinheit ein eigener gekennzeichnete Trainingsbereich mit je einer digitalen Smarttrainer-Station zur Verfügung. Die ausgewiesenen Trainingsbereiche sind mindestens zwei Meter voneinander entfernt. Pro 20 m<sup>2</sup> wird nur eine Person eingelassen.
- **Maskenpflicht:** Beim Betreten und Verlassen der Clubs sowie außerhalb des Trainingsbereichs tragen die Mitglieder eine FFP2-Maske. Beim Training kann die Maske abgesetzt werden. Auch die Trainer\*innen tragen beim Kundenkontakt stets FFP2-Masken.
- **Mitarbeiter\*innen:** Empfangscounter sowie Tische im Beratungsbereich sind mit Plexiglas-Trennwänden versehen. Trainer\*innen tragen einen Mund-Nasen-Schutz. Korrekturen und Anleitungen beim Training erfolgen verbal ohne Körperkontakt.

# MRS.SPORY

## Über Mrs.Sporty

Mrs.Sporty ist die führende Fitnesskette für Frauen in Europa und eines der angesehensten Franchise-Systeme in Österreich, Deutschland und der Schweiz. Mit über 370 Fitnessstudios ist Mrs.Sporty in fünf Ländern vertreten. Allein in Österreich gibt es rund 90 Mrs.Sporty Clubs, die von erfolgreichen Franchise-Nehmern geführt werden. Gründer und Geschäftsführer Niclas Bönström leitet von der Berliner Zentrale aus das Unternehmen, das seit Jahren Rankings im Bereich „Beste Mikro-Studio- und Boutique-Fitness-Clubs“ anführt.

Das Mrs.Sporty Konzept setzt auf effektives funktionelles Training in 30-Minuten-Einheiten. Mrs.Sporty Clubs bieten Frauen eine einzigartige Kombination aus Personal- und Kleingruppen-Zirkel-Training in einer sehr freundlichen Community-Atmosphäre. Dabei trainieren die Mitglieder nach ihren individuellen Trainingsplänen. Qualifizierte Coaches begleiten die Frauen persönlich und unterstützen sowie motivieren sie dabei, ihre Ziele zu erreichen. Mrs.Sporty ist der ideale Sportclub, vor allem für Frauen, die in ihrem Alltag stark eingebunden sind, über wenig Zeit verfügen und dennoch Wert auf ein ausgewogenes Ernährungs- und Trainingsprogramm sowie Regeneration nach dem Sport legen.

2004 eröffnete Niclas Bönström den ersten Club in Berlin und entwickelte 2005 gemeinsam mit Tennislegende Stefanie Graf das Franchise-Konzept für Mrs.Sporty. Seither wurde Mrs.Sporty bereits vier Mal als bestes Franchise-Unternehmen ausgezeichnet. Als zertifiziertes Vollmitglied im Österreichischen, Deutschen und Schweizer Franchise-Verband e.V. hat sich Mrs.Sporty als zuverlässiger und vertrauenswürdiger Franchise-Geber in der Branche einen Namen gemacht.

(Unternehmenszahlen: Jahresabschluss 2020)

## Pressekontakt:

Mrs.Sporty GmbH  
Roland Küppers  
Marketing  
Tel.: +49 (0)30 308 305 310  
E-Mail: [presse@mrssporty.com](mailto:presse@mrssporty.com)

Fortis PR OHG  
Ramona Daub  
Telefon +49 (0)89/45 22 78 -15  
E-Mail: [mrs.sporty@fortispr.de](mailto:mrs.sporty@fortispr.de)