Neuheitenbeitrag von der FIBO 2011
14.04.2011

Bunter Beitrag mit O-Tönen von der Weltleitmesse für Fitness, Wellness und Gesundheit. Darin vorkommende Neuheiten: Mechanisches Trampolin, mobiler Vakuumgurt, Fitnessstudio im Taschenformat, Fitness App für´s iPhone und Indoorrad mit Vibration.

Leadin
Bis zum Sonntag findet in Essen die FIBO 2011 statt. Auf der Weltleitmesse für Fitness, Wellness und Gesundheit werden immer wieder jede Menge Neuheiten aus dem Sportgerätebereich vorgestellt. Unser Reporter Tim Sauerwein hat sich einmal auf den Weg durch die Hallen gemacht und auch das ein und andere Highlight gefunden.

Wie wäre es mit einem mechanischen Trampolin? Einen MeterDurchmesser hat das Gerät, was sic
selbstständig nach oben und untenbewegt - als Nutzer muss ich mich also einfach nur noch draufst
dieBalance halten können.
O-Ton
Gleiches Training für Motorik und Gleichgewichtssinn bei erheblich wenigerPuls. Gerade ältere Mer
waren in der einjährigen Testphase begeistert, soErfinder Rudolf Frei.
Die Power Plate kennen wohl die meisten Frauen, ein vibrierendes Gerät, auf demFitnessübungen
werden können. Nun gibt es vom gleichen Hersteller daserste Indoorrad mit Vibration, sagt Sascha
Diefenhardt.
O-Ton
Kontrahieren bedeutet, dass sich die Muskeln immer zusammenziehen und wiederentspannen - so
Unterstützung fördert den schnelleren Fettabbau undMuskelaufbau.
Für das Erreichen einer schlankeren Figur soll jetzt auch ein mobilerVakuumgurt helfen. Man hängt
einfach die etwa 40 cm hohe Tonne mit Gurtenüber die Schulter, den so genannten VacuRing, so d
Hüfte umschlossenist, Unterdruck wird in dem Ring aufgebaut und dann geht´s beispielsweise aufd
Laufband los, sagt Sigi Wölfl.
O-Ton
Für Läufer und Radfahrer gibt es Fitness Applikationen für´s iPhone, sagt FrankReckwald von Wah
O-Ton
Anhand der Herzfrequenz steuert der Sportler sein Leistungspensum und natürlichwarnt die Techni
wenn ich mich beispielsweise überlaste.
Ganz witzig ist ein so genanntes Fitnessstudio für die Tasche. Hier hängt einKunststoffscheibe, so
ein Eishockeypuk in der Mitte einer langenSchnur, die ich an beiden Enden mit den Händen festhal
geht es darum dieScheibe in der Mitte durch gleichmäßiges Auseinanderziehen und Lockern derSc
Rotieren zu bringen. Etwa so wie bei einem Jojo.
O-Ton
Und der Selbstversuch zeigt: So einfach ist das erstens gar nicht und zweitensmerkt man ganz sch
Muskelpartien. Und ganz so teuer ist es auch nicht, so ein TwistFitbekommt man bereits für unter 3
Tim Sauerwein, Redaktion ... Essen