Hollywood-Stars machen was ich will!
15.04.2011

Beitrag mit O-Tönen: Wie kommt Hollywoodschauspielerin Halle Berry zu ihrer sexy Strandfigur, die sie im James Bond-Film zeigt? Oder, wie schafft es Lady Gaga immer top fit auf der Bühne zu stehen? Das Geheimnis hat einen Namen: Harley Pasternak - Promi-Fitness-Trainer in Hollywood. Er plaudert auf der FIBO 2011 aus seinem VIP-Nähkästchen.

Der Beitrag steht auch unvertont/zum selbst vertonen zum Abruf bereit.

Leadin
Wie kommt Hoolywoodschauspierin Halle Berry zu ihrer sexy Strandfigur, die sie im James Bond-Film zeigt? Oder, wie schafft es Lady Gaga immer top fit auf der Bühne zu stehen? Das Geheimnis hat einen Namen: Harley Pasternak - Promi-Fitness-Trainer in Hollywood. Unser Reporter Tim Sauerwein hat ihn auf der Weltleitmesse für Fitness, Wellness und Gesundheit, der FIBO 2011, in Essen getroffen und er hat ein bisschen aus dem VIP-Nähkästchen geplaudert.

Die Liste der Hollywood-Prominenz, die Harley Pasternak als Fitness-Guru in Hollywood trainiert ist lang.
O-Ton
...Orlando Bloom, Jessica Simpson, und so weiter. Aber wie kann man sich das eigentlich vorstellen? Kommt eine Eva Mendes zu ihm, klopft an die Tür und sagt: Hey Harley, ich brauch mal schnell eine sexy Figur? So ungefähr antwortet der Fitnesstrainer, nur dass die Filmstudios anrufen und sagen was sie wollen:
O-Ton
Rumgezicke oder Starallüren gibt es bei ihm nicht - wenn die Weltstars Probleme machen, dann trainert er sie einfach nicht, schließlich kommen sie in sein Studio und wollen etwas von ihm.
O-Ton
"Es ist sehr einfach - meine Klienten absolut motiviert. Sie stehen vor der Kamera, und je besser sie aussehen, desto besser ist deren Karriere. Was schwierig ist, ist die Tatsache, dass ich unter enormen Druck stehe - die richtigen Ergebnisse zu erreichen, die dann die ganze Welt zu sehen bekommt."
Warum gerade ihm die Promis und Filmstudios vertrauen weiß Harley Pasternak genau einzuschätzen.
O-Ton
"Mein Hintergrundwissen ist um ein vielfaches höher, als bei den meisten meiner Kollegen. Ich habe neun Jahre studiert. Und danach habe ich ein Programm entwickelt, was nicht unbedingt typisch ist - so einfach wie möglich, damit jeder das Programm auch versteht. So dass man fühlt und sagt - ja, dass kann ich auch und es dauert nur 25 Minuten am Tag"
Er besitzt den Master in Sportphysiologie und Ernährungswissenschaften und auch in Deutschland hat er mittlerweile DVD´s und Bücher zu seinem konzipierten 5-Faktor-Programm auf dem Markt. Und zum Abschluss gibt er noch den Tipp für Jedermann, wie auch gerade hierzulande so manch einer mit einer perfekten Figur in den Sommer starten können.
O-Ton