



Die Weltmeister: Elmar Wienecke (l.) betreut seit drei Jahren die erfolgreiche Junioren-Mannschaft des Deutschen Handballbundes. Dieses Jahr wurde der Nachwuchs sogar Weltmeister.

FOTOS: SALUTO (HALLE WESTFALEN)

Vom Spitzensport können alle lernen

Saluto – Das Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness verknüpft seit 15 Jahren Sport mit Wirtschaft und Forschung

Der Deutsche Handballbund setzt auf seine Trainingskonzepte. Mittelständische Unternehmen buchen bei ihm Medical-Fitness-Checks und sein Kraftmobil ist bei Konzernen im Einsatz. Außerdem absolvieren ganz normale Menschen in seinem Gesundheitszentrum in Halle Westfalen das wöchentliche Fitnessprogramm. Prof. Dr. Elmar Wienecke leitet Saluto – das Kompetenzzentrum für Gesundheit und Fitness in Deutschland, welches von ihm vor 15 Jahren gegründet wurde.

In dieser kurzen Zeit ist aus einer Arbeitsbeschaffungsmaßnahme der Universität Bielefeld ein innovatives Unternehmen mit 38 Mitarbeitern geworden und für den Sportwissenschaftler ist damit ein Traum in Erfüllung gegangen. Der aus Lippstadt stammende Ostwestfale kommt selbst aus dem Leistungssport und mit seinem fußballerischen Talent stand er vor einer hoffnungsvollen Karriere. Doch in den wichtigsten Jahren bereiteten dem Sportler Kreuzbandrisse und Sprunggelenkverletzungen ein jähes Ende und Wienecke wechselte die Seite. Ab sofort stand er als Trainer auf dem Fußballplatz, arbeitete letz-

lich in der 2. Bundesliga als Coach und absolvierte ein Studium an der Sporthochschule in Köln.

Die Folgen seiner eigenen Verletzungen waren auch Fragen, die sich Wienecke selber stellte: „Warum leiden gerade junge Sportler so häufig unter Verletzungen?“ Die Antwort sollte bald folgen, denn während seiner Zeit an der Uni Bielefeld entstand über den Arbeitsbereich Sportmedizin der Kontakt zum Sportförderer Gerhard Weber. Der Haller Modeunternehmer hatte nämlich als Initiator und Bauherr des Gerry Weber Stadions für Aufsehen gesorgt. Mit der Entwicklung des Rasenten-

nisturniers Gerry Weber Open und der damit verbundenen Betreuung von Tennisspielern entstand die Idee der Gesellschaft für Sport und Gesundheit. Logischerweise wurde 1994 Saluto gegründet.

„Wir kombinieren medizinische Dienstleistung, Diagnostik, Wissenschaft und Forschung. Immer mit dem Ziel, den Einzelnen im Blick zu haben“, erklärt der Sportwissenschaftler. In den vergangenen Jahren wurden so 27.600 Personen untersucht – darunter alleine 9.000 Leistungssportler. Das Ergebnis ist eine riesige Datenmenge und daraus resultierende Testmodule. Zudem steht hier auch Wieneckes Frage nach der Verletzungsanfälligkeit wieder im Raum: „Gerade junge Sportler hören nicht auf ihren Körper. Sie sind zwar fit aber dann doch fertig. Der persönliche Energiebedarf ist der Schlüssel zum Erfolg. Wer ihn kennt, kann mit Training, Ernährung und der Zufuhr von Mikrovitalstoffen das Optimum aus sich herausholen.“

Durch speziell von Wienecke entwickelte intrazelluläre Blutuntersuchungen wird der per-



Erfolgreich: Auf dem ersten Saluto-Wirtschaftsforum diskutierten Trainingskonzepte (v. l.): Martin Schneider, Heiner Brand, Prof. Dr. Reiner Körfer, Prof. Dr. Elmar Wienecke, Dr. Andreas Hettich, Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer und Prof. Dr. Günther Olesch.

sönliche Bedarf einer individuellen Mikrovitalstoffrezeptur ermittelt. Von Kopf bis Fuß werden die Athleten untersucht, denn neben einer Dependence des NRW-Herz- und Diabeteszentrums Bad Oeynhausen sowie einer zahnmedizinischen

Abteilung ist im Haller Kompetenzzentrum alles unter einem Dach. Sprichwörtlich bis hin zur Zahnpflege wird alles untersucht und der Erfolg gibt ihm Recht. Neben Tennisspielern hat er 2005 die U-20-Fußballnationalmannschaft (mit unter an-

derem Mario Gomez, René Adler) auf die WM vorbereitet.

Vor drei Jahren startete Wienecke ein europaweit einmaliges Präventionskonzept mit dem Deutschen Handballbund. Das Ergebnis: In diesem Jahr wurden die Handball-Junioren in Kairo Weltmeister. Parallel zum Leistungssport wurde unter dem Dach der Gerry Weber World in der ostwestfälischen Lindenstadt Saluto ausgebaut und verfügt heute über eine 2.300 Quadratmeter große Nutzfläche. Gelegentlich zwischen dem Gerry Weber Sportpark Hotel und dem über 8.000 Quadratmeter großen Sportpark am Haller Gausekampweg.

„Wir verstehen uns dabei nicht allein als Dienstleister für den Spitzensport. Dort können wir sicherlich viel lernen, um dann den Menschen mehr Lebensqualität zu schenken“, sagt Wienecke. Kein Wunder, dass namhafte Firmen (Gerry Weber versteht sich von selbst) wie Storck, Bertelsmann und Hettich auf Saluto aufmerksam geworden sind. Sie nutzen das Gesundheitszentrum vor allem, um ihre Mitarbeiter fit zu halten

und profitieren dabei von den Ergebnissen aus Forschungsprojekten und klinischen Studien.

Ein Weg der modernen betrieblichen Gesundheitsförderung ist das von Saluto entwickelte Kraftmobil. Ausgestattet mit einem speziellen Rückentrainingsgerät hält der Wagen neben dem Werksgebäude. Die Mitarbeiter trainieren einmal die Woche für drei Minuten während der Arbeitszeit und das Ergebnis kann sich sehen lassen: Mehr Kraft, weniger Rückenleiden, mehr Motivation. „Wir sind auf einem guten Weg, noch mehr Menschen für unser Gesundheitskonzept zu begeistern“, so Wienecke.

Seine visionären Trainingskonzepte haben durch eine Honorarprofessur an der rumänischen Universität von Pitesti internationale Anerkennung erlangt und es bleibt spannend. Denn es liegen weitere internationale Anfragen aus Italien, Frankreich und Russland zur Umsetzung seiner Ideen vor. Es bleibt abzuwarten, was Saluto so alles in den nächsten 15 Jahren noch auf die Beine stellt.

Patrick Schlüter

Die sechs Arbeitsbereiche

Medical-Fitness-Check
Speziell entwickelte Testmodule zur Erfassung der physischen und mentalen Leistungsfähigkeit, mit persönlichkeitsbezogenen Entwicklungspotentialen im Sinne der Nachhaltigkeit.

Trainings- und Bewegungsstudio
Derzeit rund 900 Mitgliedern im Alter von 14 bis 86 Jahren. Monatlich wird mit einer Laktatanalyse die Leistungsfähigkeit überprüft.

Spezielle intrazelluläre Blutuntersuchungen
Die Erfassung des individuellen Energiebedarfs mit der hieraus resultierenden Empfehlung für eine individuelle Mikrovitalstoffrezeptur.

Buchpublikationen
Behandlung von Themen wie u. a. „Fit statt fertig“, „Fit für

freie Radikale“, „Fit gewinnt!“, „Lebensqualität pur“, Fort- und Weiterbildung von Trainern.

Zentrum für Diagnostik, Therapie und Training
Physiotherapie mit 400 Behandlungen pro Woche in einem speziellen Rückenstudio mit computergestützter Messtechnik. Kraftmobil – ein dreiminütiges Rückentraining am Arbeitsplatz. Das Kraftmobil ist unterwegs in Ostwestfalen-Lippe.

Forschungsprojekte/Studien
Klinische Studie „Notwendigkeit der Supplementierung mit Vitaminen bei sportlicher Betätigung und gesunder Ernährung“; Forschungsprojekt Immunsystem; Screening-Aktion mit der Bertelsmann Stiftung. Studien: „Herz-Kreislauf“, „Abnehmen“ und „Pollenallergie“.



Blick aufs Stadion: Wer hier auf das Laufband steigt, schaut auf die Grünanlage des Sportpark-Hotels und auf einen Teil des Gerry Weber Stadions.



Setzt auf Saluto: Matthias Sammer war bereits Gast bei Saluto. Ihn interessieren die alternativen Trainingskonzepte.