

NEU IM COOP-CENTER AN DER BRUNNENSTRASSE: UPDATE FITNESS

Zu Gast bei Freunden

Im Coop-Center an der Brünnenstrasse hat vor Kurzem der Interdiscount seine Türen geschlossen. Die Spekulationen, welches Geschäft als nächstes reinkommt, haben in den letzten Wochen im Quartier die Runde gemacht. Jetzt ist es offiziell: Eine der grössten Schweizer Fitnessketten lässt sich hier nieder; update Fitness kommt nach BümpLiz.

Bei einer Unterhaltung mit dem CEO Michael Ammann konnten wir mehr über diese grossartige Nachricht erfahren. «Wir verfügen in der Region Bern bereits über ein dichtes Netz an Standorten, das wollen wir weiter verdichten. Der Standort BümpLiz ist sehr zentral, man kann das Center problemlos mit dem öffentli-

chen Verkehr, zu Fuss oder mit dem Fahrrad erreichen. Auch Parkplätze hat es auf zwei Etagen mehr als genug», so der CEO über seinen Entscheid bezüglich des neuen Standorts. Das Konzept «update Fitness» ist eine Erfolgsgeschichte. Das Unternehmen zählt mittlerweile über 70'000 Mitglieder, es beschäftigt rund 1000 Mitarbeitende und beinhaltet eine eigene Akademie, bei der hochwertige Ausbildungen für die Fitnessbranche angeboten werden. Angefangen hat alles 1997 in der alten Mosterei im St. Gallischen Wittenbach, wo mit dem ersten update-Center der Grundstein gelegt wurde. Der ausgebildete Sportlehrer Michael Ammann und sein Bruder, der ehemalige Spitzensportler Andrej Ammann, wagten damals mit ih-

rem breitgefächerten Knowhow den Schritt in die junge Branche. Unter dem Motto «Zu Gast bei Freunden» führten sie ihre Fitnesskette zum Erfolg. Nach einigen Jahren trat auch Nicolaj Ammann, der dritte Bruder, dem Unternehmen bei. Nicolaj, der IT-Spezialist, ist seither für den technischen Support aller Standorte verantwortlich. 2016 gelang den Gebrüder Ammann ein weiterer grosser Coup: Sie verkauften ihr Unternehmen zu 51 Prozent an Coop, blieben jedoch alle drei aktiv im Unternehmen tätig. «Wir haben uns in den letzten 25 Jahren stetig weiterentwickelt und uns stets an unseren Werten orientiert. Was wünschen unsere Gäste und was müssen wir tun, um führend bei Preis-Leistung zu sein. Zudem erachte ich Kontinuität und eine stetige Weiterentwicklung als zentral. Rückblickend hat sich dies ausgezahlt. Wir hinterfragen, was wir tun, und freuen uns über den Erfolg», so Ammann rückblickend über die Firmenentwicklung. Mittlerweile zählt update Fitness schweizweit über siebzig Standorte. Auf die Frage, ob man eine bestimmte Anzahl anstrebe, antwortet Ammann ohne zu überlegen: «Nein, wir müssen nicht expandieren, aber wir tun dies, wenn an einem Standort alles passt. Sicherlich streben wir ein Standortnetz über die Schweiz an, jedoch haben wir dazu Zeit. Wichtiger als eine grosse Anzahl Standorte sind funktionierende uniformierte Anlagen, bei denen die Gäste wissen, was sie erhalten, und bei ihren Besuchen glücklich sind.» Michael Ammann ist trotz Erfolg bodenständig geblieben. Auch persönlich ist er immer wieder an Veranstaltungen rund um seine Center, aber auch auf der Trainingsfläche, anzutreffen. «Ich betreibe seit 35 Jahren ein Mal wöchentlich Krafttraining. Dabei absolviere ich sechs bis acht Geräte und mit zunehmendem Alter auch Längentraining (Flexx). Dazu kommt jeweils eine Einheit Ausdauer. Ich jogge gerne, bei sehr schlechter Witterung oder wenn es sehr kalt ist auch im Center auf dem Laufband, sonst draussen in der Na-

tur. Ich glaube ich bin ein Beispiel dafür, dass die Regelmässigkeit zentral ist und nicht die Anzahl Einheiten in einigen Monaten. Ich habe die für mich richtige Dosis gefunden. Es kann jedoch gut sein, dass ich diese durch mein zunehmendes Alter irgendwann erhöhen muss.» Auf die Veränderungen in der Fitnessbranche angesprochen, reagiert Michael Ammann mit einem Lächeln. Es habe sich seiner Meinung nach nichts negativ entwickelt. Jedoch betont er, dass es sich noch immer um eine junge Branche handelt, die bereits viel Veränderung erfahren musste. Die meisten davon als logische Konsequenz der Branchen-Professionalisierung sowie der Veränderung der Gesellschaft und der grösseren Trainingskompetenz. «Positiv ist, dass das Training in einem Center zum Volkssport geworden ist, man trainiert heutzutage von Jung bis ganz Alt und immer mehr Fitnessbetreiber erkennen, dass ihr Körper regelmässiges Training benötigt. Zudem erleben immer mehr Menschen, dass sie ihre Ziele in Bezug auf Aussehen, Reduktion von Beschwerden oder Steigerung der Leistungsfähigkeit in einem Fitnesscenter erreichen können. Eine weitere positive Entwicklung ist, dass mittlerweile nicht nur die Wissenschaft weiss, dass Krafttraining für unsere Gesellschaft essenziell ist, sondern es auch die Bevölkerung selbst realisiert hat», so Michael Ammann abschliessend. Die Eröffnung des Standortes BümpLiz findet Anfang 2024 statt. Ein Abo kann bereits jetzt zu vergünstigten Konditionen gelöst werden. Die Informationen dazu findet man auf der Firmenwebsite oder in den sozialen Medien.

Sascha Michael Campi

EINFACH ERKLÄRT

Fitness statt Technik. Im Coop-Center an der Brünnenstrasse eröffnet ein update-Fitness. Die Kette gibt es seit vielen Jahren. Sie wird von den Brüdern Ammann geleitet. Der Standort sei für sie besonders gut.



Michael Ammann, CEO. | Foto: zvg