

„Das ist Luxus pur“

Betriebssport: Bei der Firma Peter Lacke können Mitarbeiter nicht nur einen großen Fitnessraum nutzen, dort werden auch Kurse angeboten.

Thomas Vogelsang

Hiddenhausen. „Wer fleißig arbeitet, braucht einen schönen Ausgleich. Wir wollen hier am Arbeitsort auch einen Freizeitwert bieten“, sagt David N. Peter. Der Firmeninhaber des Unternehmens Peter Lacke hat den Worten entsprechende Taten folgen lassen. In der Anfang 2019 neu bezogenen Firmenzentrale an der Herforder Straße im Hiddenhausener Ortsteil Schweicheln-Bermbeck hat er einen eigenen großen Fitnessraum für die Mitarbeiter einrichten lassen, der von diesen quasi rund um die Uhr genutzt werden kann. Und nicht nur das: An zwei Tagen in der Woche werden dort auch Sportkurse angeboten, bei denen die Teilnehmenden vor Ort vom Herforder Fitnesscoach René Kagels betreut werden.

„Wir hatten das Angebot schon vor Corona geplant und können es jetzt seit ein paar Monaten auch durchführen“, berichtet Kagels. Das von ihm gemeinsam mit David N. Peter entwickelte Konzept basiert auf einer schon im Vorfeld gestellten Diagnostik, die mit denjenigen Mitarbeitenden gemacht wurde, die Interesse hatten und sich screenen ließen. Auf der Basis dieser Ergebnisse wurden danach auch die Sportgeräte ganz gezielt angeschafft.

»Hier kann ich es direkt mit der Arbeit verbinden«

„Die Bestandsaufnahme hat rund drei Monate gedauert“, berichtet Kagels. „Es hat sich dann auch unter den Leuten herumgesprochen und wurde sehr gut angenommen. Jeder, der wollte, hat einen eigenen Trainingsplan bekommen. Dabei ging es etwa um die Stärkung der Muskulatur und des Herz-Kreislauf-Systems und auch darum, Disbalancen auszugleichen und Stress zu regulieren.“ Auch bei den Kursen, die im übrigen zertifiziert sind und so vom Unter-



Konzept gemeinsam entwickelt: Fitnesscoach René Kagels (l.) und Unternehmer David N. Peter stehen vor der großen Fensterfront des Fitnessraums bei der Firma Peter Lacke. Die Geräte dort wurden nach einer Mitarbeiterdiagnostik gezielt angeschafft.

FOTOS: THOMAS VOGELANG

nehmen steuerlich geltend gemacht werden können, setzt Kagels ein Stück weit auf Eigenverantwortlichkeit. „Ich erkläre den Leuten genau, was wir machen, damit sie auch etwas mitnehmen. Sie bekommen sozusagen Werkzeuge, mit denen sie dann auch selbst etwas für sich tun können“, sagt der Trainer. Bei den einstündigen Kursen trainiert René Kagels üblicherweise mit vier Leuten. „Größere Gruppen wären hier eher kontraproduktiv. Man braucht eine gewisse Übersicht, gerade auch um zu korrigieren und auf Schwachstellen gebührend einzugehen“, sagt er.

Nach einer Schnupperphase hat sich inzwischen ein „harter Kern“ gebildet, der das Kursangebot regelmäßig nutzt. Dazu gehört auch Bärbel Nowak. „Ich bin jetzt nicht die Sportlichste, aber es ist eben gut für einen selbst. Vor einigen Jahren bin ich schon mal in ein Sportstudio gegangen, habe dann aber auch nicht mehr die Zeit dafür gefunden. Hier kann ich es direkt mit der Arbeit verbinden. Und René geht sehr gut auf die Leute ein. Das Training ist ab-

wechslungsreich und wird immer individuell angepasst. Niemand wird überfordert, aber auch nicht unterfordert“, sagt die Lacklaborantin in der Glasabteilung. Ihr Kollege Jochen Güse, Laborant in der Kundenbetreuung, ergänzt: „Sich vom Sofa wieder aufzuraffen ist allemal schwieriger. Und man spart die Kosten für das Fitnessstudio, das ist Luxus pur.“

Ein Luxus, der sich gerade in Zeiten der Corona-Pandemie auszahlt. René Kagels: „Man hat den Bewegungsmangel durch die Einschränkungen der letzten Monate gemerkt, überall waren die Leute körperlich ziemlich fertig. Auch deshalb finde ich es absolut vorbildlich, wie das Unternehmen hier vorgeht. Leider machen das noch viel zu wenige in Deutschland.“



Viel Platz: Der Fitnessraum der Firma Peter Lacke bietet beste Möglichkeiten für die Sportkurse mit Trainer René Kagels.