

Springs Pilates in Köln und Köln-Deutz

Heilen - Trainieren - Coachen



(RS), 22 Jan 2010



0 Stimmen

Donnerstag begann meine "Sightseeing Tour" durch die bekanntesten Pilatesstudios in Deutschlands. Wir werden im Laufe des Jahres einige der besten Pilatesstudios Deutschlands hier bei Fitness.com vorstellen. Mein erster Besuch galt den beiden **Springs Pilatesstudios in Köln City und Köln-Deutz**. Zwei weitere Pilatesstudios, ebenfalls in Nordrhein Westfalen - NRW - stehen

bereits auf meiner Reiseliste.

Ein paar Tage nach dem Besuch und vor Fertigstellung des Artikels sah ich dann am Sonntag zufällig die Pastewka Folge "**Pastewka im Pilateskurs**", auf Sat1. Raten Sie mal wo die "entscheidenden" Pilateszenen mit Bastian Pastewka gedreht wurden? Richtig: Im Pilatesstudio: Springs: Heilen - Trainieren - Coachen in Köln Mitte.

Alexander Bohlander, selbst Physiotherapeut ist Geschäftsführer von Polestar Deutschland, einer der erfolgreichsten Pilatesausbildungskonzepte weltweit. Alleine in Deutschland wurde von Polestar mehr als 3500 Physiotherapeuten, Osteopathen, Ergotherapeuten, Fitness-TrainerInnen, ÜbungsleiterInnen, Sport- und GymnastiklehrerInnen aus dem Personal- und Gruppen-Training, BewegungslehrerInnen (Feldenkrais, Alexander, Rolfing u.a.) ausgebildet.

Interessant ist dabei die Entwicklung der letzten Jahre zu sehen, nämlich dass Polestar inzwischen 80 % der Absolventen eine Ausbildung an Pilates Reformern und anderen Pilates Studiogeräten wählen, und nur 20 % eine reine Pilates-Matten-Ausbildung wählen.

Wie erfolgreich **die Integration eines Pilatesstudios in das "berufliche Umfeld" moderner Krankengymnastik** einzubeziehen ist, ist am Beispiel der Springs Pilatesstudios in Köln City und Köln Deutz, par excellence zu beobachten.

Zunächst zu meiner ersten Station meines Besuches in Köln. Im Springs in Köln-Mitte besteht das Anwesen aus einer **klassischen Physiotherapiepraxis und Osteopathie und dem Springs Pilatesstudio mit insgesamt 500 qm** Fläche. Für beide Bereiche gibt es getrennte Eingänge. wobei ich den Komplex durch den Studioeingang betreten habe (Bilder rechts in der Galerie).

Pilates Kursraum fürs Gruppentraining

Auch mittags um 12.00 Uhr erlebe ich hier "geschäftiges Treiben" an der Rezeption. Mein erster Gedanke: "Hier läuft's".... Linker Hand der großzügig bemessene, Pilateskursraum, der wie das gesamte Studio den eigenständigen Charme des Gebäudes widerspiegelt. Massives Parkett, große Fensterflächen, 14 Allegro-Pilates Reformer aufgereiht und ready für den täglichen Gebrauch.

Zum Zeitpunkt meiner "Besichtigung" gab es ja bereits drei Pilateskurse an diesem Tag, 4 weitere sollten am Nachmittag folgen. (Im Kursraum werden zur Zeit ca 40 Pilateskurse pro Woche angeboten.) Demnächst wird das Angebot im Kursraum noch einmal erweitert, durch die Ergänzung des Pilates Equipements mit den "Pilates Arc's"

Pilates Studioraum fürs Einzeltraining

Danach sah ich mir den "Trainingsbetrieb" im Studioraum an, im Gegensatz zum Kursraum wird hier Eins-Zu-Eins Training, Personal-Pilates-Training angeboten. Um den Trainingsbetrieb nicht zu stören, habe ich lediglich ein paar Fotos durch die Glastür, die den Pilateskursraum vom Foyer abtrennt, aufgenommen. Man sieht dass dieser Bereich sowohl mit dem Gyrotonic Expansion System als auch mit den Balanced Body Pilates Studiogeräten, wie dem Cadillac, der Trapezbank, dem Combo-Chair, und dem klassischen Studio Reformer ausgestattet. Wie man sieht, selbst zur Mittagszeit wird dieses Angebot rege angenommen. Im Anschluss daran sah ich dann noch in der Physiotherapiepraxis von Alexander Bohlander in den Nachbarräumen an, bevor es dann nach Köln-Deutz ging.

Springs Köln-Deutz: Heilen - Trainieren - Coachen

Alexander Bolander hat sich für diesen zweiten Standort für das Springs entschieden, da das aufstrebende urbane Geschäftsviertel in Köln-Deutz erfolgreiche Zukunftsperspektiven bietet.

(Die Fotos in der Galerie zeigen die umliegenden Bürokomplexe) Auf Grund der vorgegebenen Location hat er hier ein anderes Konzept verwirklicht, in dem er hier ausschließlich Pilates Einzeltraining bzw. Personaltraining, Ganzheitliche Physiotherapie und Osteopathie und Rehabilitation anbietet.

Der Zweite Gesundheitsmarkt - Die Zukunft der Physiotherapie

Beeindruckt hat mich vor allem, wie Alexander Bohlander es schafft, durch seine Konzepte das verstaubte Image der Physiotherapie zu erneuern - und zu modernisieren. Meiner eigenen Überzeugung nach muss die Physiotherapie den Zweiten Gesundheitsmarkt konsequent in ihre Geschäftsmodelle aufnehmen, um sich so auch künftig am Markt behaupten zu können. Denn das wissen wir alle, die Zeiten für die klassischen Physiotherapeuten werden nicht besser!

Mehr Infos auf der Homepage des [Springs in Köln Mitte und Köln-Deutz](#)

Mehr zu Polestar Pilates Ausbildungen: [Polestar Pilates Deutschland](#)

SIE SIND PHYSIOTHERAPEUT UND INTERESSIEREN SICH FÜR PILATES ALS ZWEITES STANDBEIN?

Dann könnte Sie unser PilatesMed-Konzept interessieren: [PilatesMed Homepage](#)

Bastian Pastewka im Pilateskurs (ab circa Minute 8:00) auf Sat 1 Video: [Sat1 Video - Pastewka im Pilateskurs](#)