

„Gesundheit & Sport“ wird 25

Hagen. Mit einem 60 Quadratmeter kleinen Bodybuilding-Studio fing vor 25 Jahren alles an - inzwischen hat sich „Gesundheit & Sport“ Schönhoff zu einem gesundheitsorientierten Fitness-Studio weiterentwickelt. Heute wird das Jubiläum in der Zeit von 11 bis 17 Uhr gebührend gefeiert.

Seit 1980 an der Böhmerstraße hat sich das Familienunternehmen um Inhaber Wolfgang Schönhoff, Ehefrau Beate und Vater Hans Schönhoff stetig weiterentwickelt. Ausdauergeräte, Aerobic-Programme und eine Herz-/Kreislaufabteilung haben das Angebot im Laufe der Jahre nach und nach erweitert. Eine besondere Errungenschaft wurde dann 1998 mit „tri-dent“ vorgestellt. Das von Sportwissenschaftlern der Uni Bochum entwickelte Programm verbindet Komponenten wie



25 Jahre „Gesundheit & Sport“: Wolfgang und Beate Schönhoff laden heute zur Geburtstags-Feier ein. (WR-Bild)

Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Regenerationsfähigkeit. Und auch bei der Gewichtsabnahme - so berichten die Inhaber - bringt „tri-dent“ positive Resultate: Christiane Schuster, Mitglied im „Gesundheit & Sport“, ge-

lang es in 13 Monaten, 13 Kilogramm abzunehmen.

Neueinsteigern bietet das Fitness-Studio Schönhoff die Möglichkeit, durch einen fundierten Check-up ihren Ist-Zustand feststellen zu lassen.