

First Class Fitness

LIFESTYLE. Seit bald 20 Jahren führt Ernst Minar seine exklusiven Fitnessstudios der Marke John Harris. Minars Erfolgsgeheimnis: ein hoher Qualitätsanspruch und der harmonische Dreiklang von Effizienz, Eleganz und Entspannung. *Von Andrea Schröder*

WEEKEND: Was hat Ihre langjährige Karriere in der Pharmabranche mit John Harris zu tun?

Ernst Minar: Viel! Bis zum Jahr 2000 hatte ich fast mein ganzes Leben Krankheiten gewidmet. Heute helfe ich Menschen, pharmazeutische Produkte zu vermeiden.

„Unsere Fitnessgeräte sind die besten und teuersten, die es gibt. Schließlich nutze ich sie selbst auch.“

Ernst Minar, Inhaber John Harris Fitness

Studien belegen, dass Sport eine wesentliche Rolle bei der Vorbeugung gegen Depression, Osteoporose, Bluthochdruck und sogar Krebs spielt.

weekend: Die Einsicht haben viele, dennoch können sie sich nicht aufraffen. Was raten Sie Couchpotatoes?

Ernst Minar: Wichtig sind die ersten zwei, drei Mal. Mein Rat ist, es ganz entspannt anzugehen. Genießen Sie es, verwöhnen Sie sich.

Vielleicht plant man auch gleich

einen Saunagang mit ein, oder das Solarium ...

weekend: ... ist das nicht schädlich für die Haut?

Ernst Minar: Wir verfügen am Schillerplatz über ein Solarium, das Kollagen bildet, außerdem tut es speziell im Winter sehr gut. Das Solarium hat rund 40.000 Euro gekostet. Meine Maxime ist Topqualität. Ich nutze es selbst etwa alle zwei Monate und fühle mich danach viel besser. Auch unsere Fitnessgeräte sind die besten und teuersten, die es gibt. Anders als Geräte aus China imitieren unsere Laufbänder etwa einen Waldboden.

weekend: Welchen Anteil unter den Mitgliedern machen die Karteileichen aus?

Ernst Minar: Einen eher geringen. Die meisten Mitglieder kommen mindestens ein bis zwei Mal pro Woche zu uns. Das liegt natürlich auch an unserer Preisgestaltung. Beim Billigstudio um 9,90 Euro melde ich mich an, trainiere ein, zwei Mal und wenn es mich nicht mehr freut, gehe ich nicht mehr hin.

weekend: Wie kommen Sie an topqualifizierte Trainer?

Ernst Minar: Bei uns bewerben sich die besten Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten und Trainer. Das liegt an unserer Positionierung im obersten Segment. Sie absolvieren laufend Schulungen in der John Harris Academy. Wir waren zum Beispiel die Ersten, die Faszientraining angeboten haben.

weekend: Stichwort Fitness-trends: Was kommt auf uns zu?

Ernst Minar: Training im Wasser wird gerade wiederentdeckt, also Aquagymnastik und Schwimmen. Es gibt für den Körper nichts Besseres.

ZUR PERSON

Ernst Minar ist Eigentümer von elf John Harris Fitnessstudios in Wien, Linz und Graz und einem Medical Spa. 30.000 Mitglieder trainieren hier und nutzen die Wellnessoasen zur Entspannung.

weekend: Welche Pläne warten noch auf ihre Umsetzung?

Ernst Minar: Es sind derzeit mehrere potenzielle Standorte im Gespräch – z. B. Bratislava, Wien oder München. Und unser Medical Spa bekommt ein umfassendes sportmedizinisches Upgrade. ★

