

„My Sportlady“ ist Deutschlands ältestes Fitness-Studio für Frauen

Am Puls der Zeit

Jasmin Kirstein führt ihr Unternehmen seit 25 Jahren mit weiblicher Intuition

Von Hendrik Maaßen

Ein Dutzend Crosstrainer stehen aneinander gereiht vor einer Fensterfront. Auf einem dieser Fitnessgeräte schwitzt ein Mann mit einem Kopfhörer auf den Ohren; er schaut während seiner fließenden Bewegungen konzentriert auf einen Bildschirm, der vor ihm angebracht ist. Auffällig ist aber seine Trainingsklei-

Seele anspricht“, und davon, dass sie mit ihrem Team eine „Oase“ sein will, ein „Ruheort“ für Frauen. Dass diese Vokabeln aus der Wohlfühl-Branche nicht nur Fassade sind, merkt man Kirstein schon im Gespräch an. Ruhig, fast ein wenig zurückhaltend spricht sie von ihrem Unternehmen, das sie mit viel Ehrgeiz vor 25 Jahren mit erspartem und von Freunden geliehenem Geld gegründet

Insolvenz anmelden musste, spielt Kirstein mit dem Gedanken, mit einem Franchising-Konzept auch in andere Städte zu gehen. Und das, obwohl sich auch „My Sportlady“ im mittleren bis oberen Preissegment befindet, in dem Elixia in Probleme geraten ist. Doch die Unternehmen unterscheiden sich: Kirstein nennt ihre Art von erfolgreicher Unternehmensführung „weibliche Intuition“. Sie sagt: „Eine Zeitlang habe ich mich viel von Fakten und Zahlen lenken lassen. Das kann aber auf Dauer den Kundinnen nicht gefallen und hat auch mir nicht gut getan.“ Sie achtet viel mehr auf das eigene Gespür und direkte Rückmeldungen.

„Wir müssen zwar früh Trends auf dem Markt erkennen und die besten Trainer bekommen“, sagt Kirstein. Dennoch sei ein harmonisches Team von zentraler Bedeutung für das Unternehmen. Bei der Besetzung einer Stelle sei wichtiger, den passenden Trainer zu finden anstatt schnellstmöglich einen neuen Kurs auf die Beine stellen zu können. Ein schwieriger Balanceakt. „Die Kundinnen merken schnell, wo sie sich wohlfühlen können. Viele wollen den Alltag einfach für wenige Stunden hinter sich lassen.“

So gehört bei „My Sportlady“ von Anfang an eine Kinderbetreuung mit zum Service. Und die neuen Angebote entfernen sich vom reinen Sporttreiben an den Geräten: Es gibt viele Yogakurse, Ernährungs- und Stressberatung. Aber auch werdene Mütter können sich in Kursen von einer Hebamme auf die Geburt vorbereiten. Mit solch einem, für ein Fitnessstudio ungewöhnlichen Angebot blieben die Mütter den Studio treu. Kirstein macht täglich vor der Arbeit Yoga.

Dass es der Unternehmerin nicht allein um Gewinnmaximierung geht, zeigt die in diesem Jahr gegründete Stiftung des Studios. Kirstein und ihre Mitarbeiter wollen mithilfe des florierenden Unternehmens Gutes tun: „Als meine jüngere Tochter an Leukämie erkrankte, sah ich, wie viele Menschen leiden müssen und keinen Raum haben, um zum Beispiel durch Sport auf andere Gedanken zu kommen.“ Die Stiftung soll es Frauen, die kurzfristig in finanziellen Schwierigkeiten stecken, oder Müttern eines schwerkranken Kindes ermöglichen, kostenfrei die Angebote des Unternehmens zu nutzen. Dabei ist „My Sportlady“ eine Kooperation mit dem Hausnerschen Kinderhospital eingegangen.

Jasmin Kirstein fängt, nach einer Yoga-Ausbildung in Indien mittlerweile wieder an, selbst Kurse zu geben – nachdem sie sich viele Jahre ausschließlich um die Koordination gekümmert hat. „Jetzt merke ich, dass es auch ohne mich läuft, und habe viel Spaß beim direkten Kontakt mit meinen Kundinnen.“



Unternehmerin mit gutem Bauchgefühl: Jasmin Kirstein gründete vor 25 Jahren Deutschlands erstes Fitness-Studio für Frauen. Foto: Alessandra Schellnegger

dung: ein grüngrauer Arbeitskittel. Noch mehr verwundert es, dass er in einem Fitness-Studio trainiert, das Frauen vorbehalten ist.

Jasmin Kirstein lacht, als sie an dem Mann vorbeigeht und sagt: „Das ist nur ein Gerätetechniker, der die ruhige Mittagszeit nutzt, um die Elektronik wieder in Ordnung bringt. Ansonsten kommen hier oben keine Männer rein, abgesehen von unseren Trainern.“ Schließlich sei der Zweck eines Frauen-Fitnessstudios, dass sich die Trainierenden wohlfühlen können, „ohne sich dabei performen zu müssen“. Damit meint Kirstein den Druck, immer gut aussehen zu müssen – und beim Training vielleicht noch dummer Anmache ausgesetzt zu sein.

Das Frauenfitness-Studio an der Klenzestraße „My Sportlady“ feiert heuer Jubiläum, es gehört damit zu den ältesten seiner Art in Deutschland. Es bietet seit 25 Jahren mehr als nur Sport. Wenn die 52-jährige Kirstein heute von ihrem Konzept erzählt, dann spricht sie gern von „Ganzheitlichem, das Körper, Geist und

hat. „Meine Bank wollte mir damals nicht einmal eine Kreditkarte geben, da sie meinte, das Studio könnte schon nach zwei Monaten pleite sein.“ 1984 gab es kaum Fitnessstudios in Deutschland, schon gar keine nur für Frauen. Die wenigen Studios waren von Bodybuildern dominiert. Die Idee hatte Kirstein aus den USA mitgebracht, wo sie in einem Frauen-Fitnessstudio gearbeitet hatte. „Die damals aufkommenden Aerobic-Welle hat mich fasziniert und ich hatte das Gefühl, dass es auch in Deutschland für Frauen-Fitness einen Markt geben muss“, erinnert sich die Unternehmerin.

Aus den zwei Monaten, die die Bank ihr gab, wurde ein Vierteljahrhundert, in dem Kirstein kontinuierlich expandierte. Aus 300 sind 1800 Quadratmeter Studiofläche geworden, aus dem „Ein-Frau Betrieb“ ein Unternehmen mit rund 100 Mitarbeitern. 1989 eröffnete sie ein zweites Studio in Taufkirchen. Und das Wachstum soll noch weitergehen. Während Deutschlands fünfgrößte Fitnesskette „Elixia“ vor knapp zwei Monaten