



Frauen unter sich

Das „My Sportlady“ in der Klenzestraße wird 25 Jahre alt – Auch Topmodel Sara trainiert hier

VON RUTH WENGER

Wer im Münchner Frauen-Fitnessstudio „My Sportlady“ schwitzt, dem kann es passieren, dass Sara Nuru auf dem Crosstrainer nebenan trainiert. Ungeschminkt und in Jogginghose. Die Gewinnerin der Castingshow „Germany's next Topmodel“ brachte sich in der Klenzestraße vor dem Finale in Form und es hat sich bekanntlich gelohnt: Die 20-Jährige gewann den Contest. Mit einem Plakat „Yes she can!“ gratulierte das Studio im Mai. Auch heute noch kommt die Münchnerin zum Training – sofern es die Zeit zwischen Foto-Shootings und ihrem Engagement für die Stiftung „Menschen für Menschen“ erlaubt. Warum sie Mitglied in einem Frauencub ist? „Ich mag es nicht, wenn Männer einen beim Sport anglotzen“, sagte die Tochter äthiopischer Eltern jüngst in einem Interview.

So wie Sara empfinden viele Frauen, die im „My Sportlady“ trainieren. „Hier müssen sie sich nicht präsentieren oder gut aussehen“, erzählt Inhaberin Jasmin Kirstein. Die Mutter zweier erwachsener Töchter, einst selbst im Modelgeschäft, ist eine Pionierin: Sie gründete „My Sport-



Jasmin Kirstein (o.) gründete in München eines der ersten Frauen-Studios in Deutschland. Auch „Germany's next Topmodel“-Gewinnerin Sara fühlt sich dort wohl

lady“, eines der ersten Frauenstudios in Deutschland. Am Wochenende feiert die Institution ihr 25-jähriges Jubiläum.

Die Idee brachte sie aus den USA mit. „In Deutschland gingen damals nur Bodybuilder ins Fitnessstudio“, erzählt Kirstein. Die damals 27-Jährige nahm ihren Mut zusammen und eröffnete das Studio. „Ich habe nicht da-

ran gedacht zu scheitern“, sagt Kirstein beim Blick zurück. Aus einem Kurs pro Tag sind inzwischen 85 pro Woche geworden, aus 300 Quadratmetern Trainingsfläche 2000. Spinning oder Pilates – die Yogalehrerin spürt stets neue Trends auf.

Doch allein ums Kalorienzählen geht es in der Klenzestraße nicht. An der Rezeption duftet Tee, Blumen, gedeckte Farben und leise Musik sorgen für den Wohlfühlfaktor. Wellnessbehandlungen gehören ebenso zum Angebot wie Ayurveda-Kochkurse. „Wir wollen für die Frauen da sein, in allen Lebenslagen“, sagt Kirstein und beschreibt ihr Konzept als „Ganzheitlich“. Im Studio sollen sich die Frauen Kraft tanken. Dazu gehört auch, dass Mütter ihre Kinder in die Hände von liebevollen Erzieherinnen geben können. „Ich hatte viel Glück und möchte auch anderen Mut machen“, betont Kirstein. Darum hat sie eine Stiftung gegründet, die Frauen in Schwierigkeiten unter die Arme greift und Projekte in Sri Lanka und Afghanistan unterstützt. Was sie sich für die Zukunft wünscht? „Auch wenn es pathetisch klingt: Weiter mit ganzem Herzen für Frauen da sein.“ www.my-sportlady.de