

Der charmante Brocken

Robert Steinbacher hat das Fitness-Programm Bodyart erfunden. Von Zürich aus erobert der Bayer als «Swiss Hunk» nach Europa nun auch Amerika. Seine Oma sagt dazu lapidar: «Der turnt doch nur!»

Von Monica Müller

Als Robert Steinbacher zum ersten Mal nach New York reiste, war er 15 Jahre alt, sprach kein Wort Englisch und hatte einen Traum: Der Kunstturner wollte ein Stipendium gewinnen und Tänzer werden. Neben graziösen Balletttänzern sprang er mit zwei linken Füßen in Turnschuhen herum - und stach sie alle aus. Der Trainer begründete seine eigenwillige Auswahl so: Wenn einer in dem Alter den Mut habe, allein und ohne Englischkenntnisse in die USA zu fliegen, dann habe er auch das Talent und den Willen, sich durchzubissen.

Und in der Tat hat sich der blonde Hüne durchgebissen. Rund 20 Jahre später ist er vergangene Woche wieder nach New York geflogen und hat dort einen der renommiertesten Sportpreise eingeholt: den ECA-World-Fitness-Alliance-Award als bester Presenter und Unternehmer. 80 Prozent der 60 000 Trainer, die als Jury walten, haben Steinbacher ihre Stimme gegeben. Mit dem Konzept für Bodyart hat er damit als erster Europäer den Durchbruch im heiss umkämpften amerikanischen Fitnessmarkt geschafft. In den Jahren zuvor gewann er bereits die Awards als bester Aufsteiger, bester Newcomer, bester männlicher Trainer und bester internationaler Presenter.

Nach dem ersten US-Abenteuer mit 17 Jahren zurück in Deutschland, machte der Tänzer die Ausbildung zum Kindergärtner. Später bildete er sich weiter zum Bewegungstherapeuten für behinderte Kinder. Der Gegensatz zwischen behinderten Menschen, die körperlich eingeschränkt waren und sich nach Bewegung sehnten, und den sogenannten gesunden Menschen, die ihr Körperbewusstsein verlieren, beschäftigte ihn.



R. Steinbacher.

Während er in Shows für Reebok und MTV tanzte und seine kleinen Patienten betreute, verfolgte er sein persönliches Ziel: ein neues Bewegungskonzept zu entwickeln, das präventiv therapiert und fit hält. Seine Freunde - Tänzer, Trainer und Bewegungstherapeuten - hielten ihn alle für einen Spinner. «Mein Vorbild war Tina Turner. Wenn sie es mit 40 Jahren noch schaffen konnte - denn kon i des aa.»

Während er in Shows für Reebok und MTV tanzte und seine kleinen Patienten betreute, verfolgte er sein persönliches Ziel: ein neues Bewegungskonzept zu entwickeln, das präventiv therapiert und fit hält. Seine Freunde - Tänzer, Trainer und Bewegungstherapeuten - hielten ihn alle für einen Spinner. «Mein Vorbild war Tina Turner. Wenn sie es mit 40 Jahren noch schaffen konnte - denn kon i des aa.»

Tausende Trainer europaweit

Für sein Bodyart kombinierte Steinbacher Ansätze aus der europäischen und fernöstlichen Bewegungstherapie mit Elementen aus Tai-Chi, Chi Gong, Yoga und Pilates. Beweglichkeit, Kraft und Konzentration sollten gleichermaßen gefordert sein. Das Ergebnis sind harmonische, aber anstrengende Bewegungsabläufe, «ohne Dogma und Spiritualität, greifbar für alle - auch für meine Oma!». 1995 gab er die ersten Bodyart-Kurse und gründete eine Schule in München. Drei Jahre später zog er für ein Engagement als Tänzer und Trainer nach Zürich.

Hier lernte Steinbacher die Shiatsu-Therapeutin und Körpertrainerin Alexa Lé kennen, mit der er das Programm vollendete. «Wenn Bodyart eine Botschaft hat, dann ist sie, einen Dialog mit sich selbst zu führen.» Ihre Bodyart-



Robert Steinbacher (weisses Top, schwarze Hose) inmitten seiner Bodyart-Schülerinnen. Fotos: Reto Oeschger

Stunden im Fitnesscenter Holmes Place waren ein Riesenerfolg. Dass sie die Schweizer so für sich gewinnen konnten, freut Steinbacher besonders: «Die Schweizer sind schwer, von Neuem zu überzeugen. Aber sie lieben Qualität und den bayrischen Charme!»

In den vergangenen zehn Jahren haben die beiden Pioniere das Fitnessprogramm weit über die Schweiz hinaus bekannt gemacht: Rund 3500 Instruktoressen geben heute in ganz Europa Bodyart-Kurse: In Deutschland, Österreich, Ungarn, Polen, Griechenland, England, Spanien, Belgien und Lettland. Nun ist der amerikanische Kontinent dran. Robert Steinbacher ist mit der Fitness-Studio-Kette Crunch in den USA eine Kooperation eingegangen. Während der nächsten 18 Monate wird er drei Wochen im Monat in den Crunch-Studios landauf, landab Bodyart lehren.

Fitness-DVD für Schenkenberg

Seit Jahren ständig auf Achse zu sein, stört Steinbacher nicht: «Wer sich entscheidet, Erfolg zu haben, nimmt eine Verantwortung wahr wie in einer Beziehung.» Sein Leben sei momentan einfach «bunt, aufregend und wunder-

schön!» Auch Prominente stehen Schlang, um von Steinbacher trainiert zu werden. Nächste Woche erscheint die Fitness-DVD des schwedischen Top-Männermodells Marcus Schenkenberg, die dieser zusammen mit dem «Swiss Hunk», so Steinbachers Übername, entwickelt und aufgenommen hat. Die

«Mein Vorbild war Tina Turner. Wenn sie es mit 40 Jahren noch schaffen konnte, denn kon i des aa.»

Amerikaner nennen den Bayern einen «Schweizer Brocken», weil er und sein Bodyart in ihren Augen «so Swiss» sind.

Über weitere Namen von Prominenten schweigt sich der charmante Brocken lieber aus. «Es ist mir nicht so wichtig, ob prominent oder nicht; ich liebe alle Menschen in meinen Kursen.» Seine älteste Schülerin war eine 92-jährige Deutsche. Nach der Ausbildung zur Bodyart-Trainerin habe sie sich von ih-

rem Mann getrennt und sei heute auf Weltreise. «Klasse, nicht?»

Dass er ob all des Erfolgs nicht abhebt, dafür sorgt seine Familie zu Hause in Bayern und eine andere alte Dame, seine Oma. Als er ihr erzählte, er habe den grössten Fitnesspreis gewonnen, fragte sie: «Beim Turnen?» Er bejahte, und sie meinte: «So ein Ding steht doch nur rum. Lass uns Knödel essen.» Als die Oma an einer der vielen Bodyart-Intensivwochen teilnahm, an denen ihr Enkel Hunderte Teilnehmer trainiert, konnte sie nicht glauben, dass alle seinetwegen da waren. «Ach geh, mein Robert turnt doch nur!»

Robert Steinbacher und sein Team laden alle TA-Leser ein, am 13., 15., 16. April von 20 bis 21 Uhr eine gratis Bodyart-Stunde im Holmes Place zu besuchen. Die Tickets können ab sofort bis zum 16. April von 9 bis 18 Uhr an der Reception im Holmes Place im Ielmolt abgeholt werden. Die Platzzahl ist beschränkt. Im Herbst erscheint im Riva-Verlag Robert Steinbachers Buch über Bodyart.

www.bodyartschool.com
www.bodyart-training.com



In das preisgekrönte Bewegungskonzept sind auch Ansätze aus Yoga und Pilates eingeflossen.

c3) Heidi
d) Würden Sie at
Ihr Auto pappen
e) Auch wenn Sie
f) Wenn ja: Würd
nen schwarzen R
nen schwarzen

Öffentlicher Ver Händchen-Ha

Nichts ist aufschlussreicher als ein fremder Blick auf die eigene Stadt. Wir schlendern mit Hamburger Touristen durch das Langstrassenquartier («Hier ist der H diese Loft, ein Gentrifizierung») sitzen die Frauen, an der Kar sich vor der Ta platt. Dort an der bottschild für Fuser schütteln de Witz?» Wir Zürchtion nicht. Der M Kleine sind doc kennt das unglei blauem Hintergr Nachfrage bei de kehr heisst es, es private Signalisat verkehr nicht zug burger rempeln s Schild lange, dar und fragen schli «Krass, ihr habt h phlie verboten?» haupten, Piktogr tional verständli

Jubel-Trubel-Dis Let's party!

Tonight there will Saint Germain. Le mote it: «La Nuit re fully booked tabl partying like ther usual it's all abou we've heard othe enjoy the party! (r

Bündnerfleisch

Für 12 Röllchen, 80 g B kräutermantel (Coop Fin Biofeigen, 150 g Ziegenfr grob gemahlener schwar

Harte oberste Stiele de halbieren. Schnittfläch streichen und kurz im I drehen. Feigen mit den nach unten in die Mit Bündnerfleisch-Tranch gen und aufrollen. Die chen - der Käse hält sie weitere Befestigung z men - auf eine Platte s

Aus der **Schwe Familie**

Weitere 4300 Rezepte un www.schweizerfamilie.ch

Reklame

Tiefkühlger
NoFro System
Nie mehr Ab

N