

AD

Workout im Wohnzimmer

Fitnessräume, die sich nicht verstecken müssen

Einkehr in Antwerpen

Himmliche Momente im Kloster von Vincent Van Duysen

Im Garten der Macht

Hinter den Mauern des Élysée-Palasts schlägt das grüne Herz Frankreichs

+
Bad-
Neuheiten
2019

Konzentrier dich!

Ateliers, Büros, Studios – und ein Palast:
zu Besuch bei Keramikerin Claudia Issa, Designerin
Pamela Shamshiri & Parfumeur Serge Lutens

September 2019
Deutschland
8 € Deutschland,
Österreich/
13 Sfr Schweiz



Personal Training

Je individueller das Studio, desto effektiver der Sport: So gelingt das Home-Gym mit Licht, Luft und Leder.

Text Florian Siebeck



W

enn Charles und Marie-Laure de Noailles die französische Avantgarde in ihr Sommerhaus an der Côte d'Azur luden, kam die nicht nur der wilden Partys wegen. Die Noailles forderten ihren illustren Gästen Höchstleistungen ab: Mit Schwimmbad, Gymnastikraum, einer Squash-Halle und 50 spartanisch eingerichteten Zimmern glich ihre kubistische Villa mehr einem Sportzentrum denn – wie Charles es nannte – einer „petite maison intéressante à habiter“. Von Francis Jourdain ließen die Hausherrn ein System synchroner Uhren aufhängen, damit Gäste wie Man Ray, Salvador Dalí oder Pierre Chareau ja pünktlich zur Leibesertüchtigung erschienen. Obwohl die 20er von einem Fitnesswahn sondergleichen geprägt waren, gab es ein Haus wie das der Noailles kein zweites Mal – sie konnten es sich eben leisten.

Doch die Zeiten haben sich geändert. „Fitnessräume sind kein Ding der Superrei-

Salon-Gym: Yann Le Coadic und Alessandro Scotto haben eine Villa in Paris zu einem neoklassizistischen Trainingsraum umfunktioniert (li. S.), der Anleihen an den Palazzo della Civiltà Italiana und das Kolosseum nimmt. Gerät ist hier leider nur Dekor. U.: Steve McQueen im Jahr 1963.



chen mehr“, sagt der britische Decorator Hubert Zandberg. In den auf Selbstoptimierung getrimmten Weltstädten, in denen Fitness zu einer Art Ersatzreligion avanciert ist, werden dem Körper auch in der eigenen Wohnung neue Tempel errichtet. Die Vorteile liegen auf der Hand: keine Clubgebühren, keine langen Wege, kein Warten, keine störenden Blicke.

Im Londoner Townhouse der Moderedakteurin Deborah Brett hat Hubert Zandberg aus einem fünfeinhalb mal vier Meter großen Raum im Untergeschoss ein Home-Gym gemacht. „Am Anfang stehen immer dieselben Fragen: Welche Übungen werden hier gemacht? Welche Maschinen genutzt?“ Jeder Mensch habe unterschiedliche Trainingsabläufe, am Ende dürfe der Raum aber nicht wie ein Hotel-Gym aussehen. „Niemand braucht einen Raum sperriger Geräte, um ausgewogen zu trainieren.“ Und wenn ein Bauherr das bezweifelt? „Dann hole ich ihren Trainer. Auf den hören sie immer.“

Zandberg kommt zupass, dass viele Kunden längst wissen, dass weniger oft



Sattblau getäfelte Wände und Holzelemente stehen in starkem Kontrast zur industriellen Frischluftanlage, die Hubert Zandberg in einem unterirdischen Fitnessraum (o.) für das Londoner Townhouse von Deborah Brett verbaute. „Der Materialmix spricht alle Sinne an, sowohl auf psychologischer Ebene als auch beim Training“, sagt der Designer. „Ein Korridor bringt Tageslicht in den Raum.“



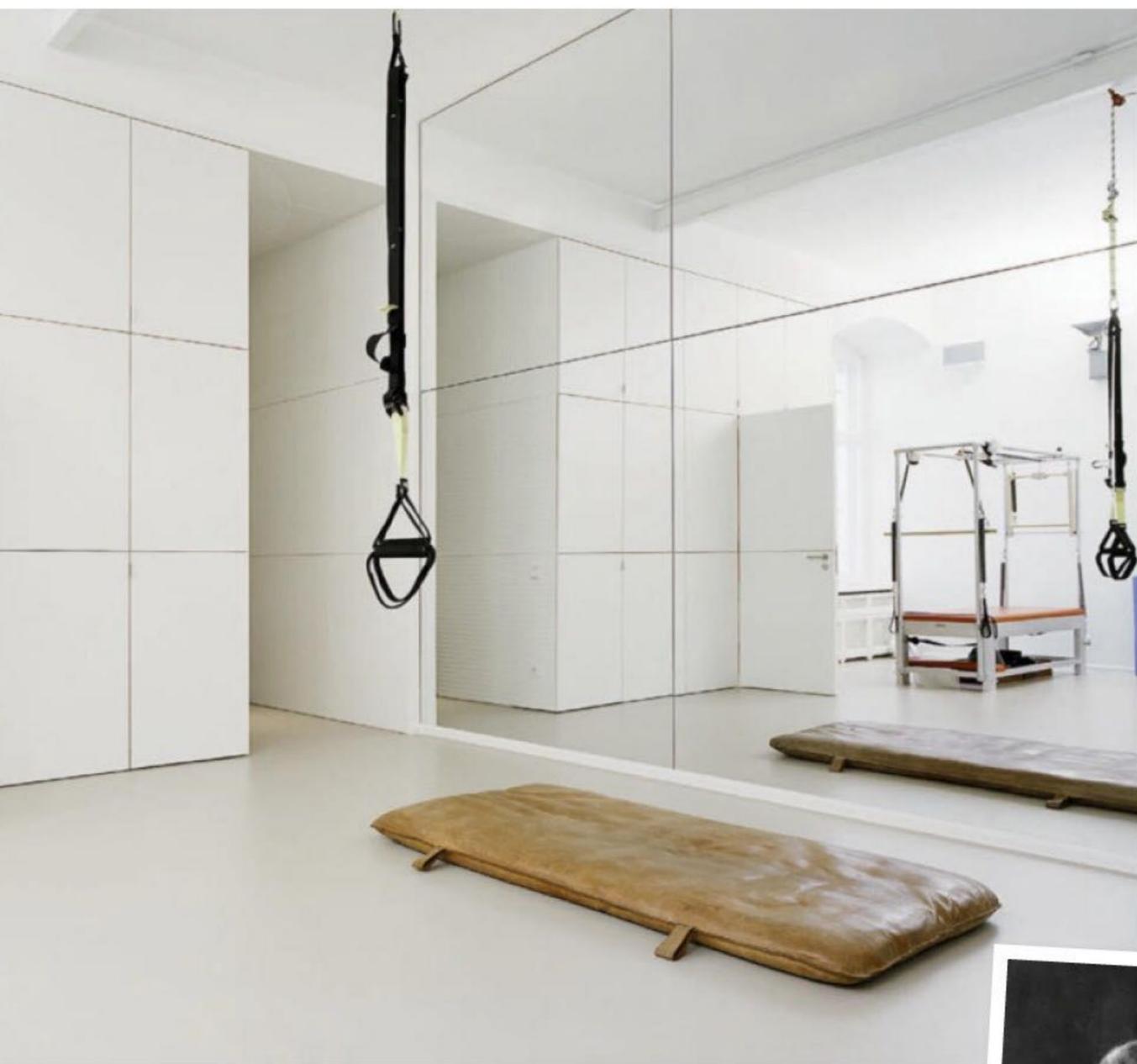
In einem Apartment in der New Yorker Upper East Side (links) entwarf Studio PPARK einen Indoor-Basketballplatz für die Kinder der Wohnungseigentümer. U. das Haus des Kunstsammlers Michel Fedoroff im französischen Bargemon, dessen mit Holz ausgestatteter Fitnessraum nach außen offen ist.



mehr ist. Für das Townhouse-Gym hat der Interiordesigner fast alle Elemente maßgefertigt: Kletterwände (die zugleich als Aufhängung dienen), Spiegel und Seile können mit wenigen Handgriffen an anderer Stelle im Raum platziert werden. „Fitnessräume dürfen nicht statisch sein.“ Weil sich der

Raum im Keller befindet, wird natürliches Licht über einen Schacht nach unten geleitet. „Die sattblauen Wandpaneele schaffen einen visuell stimulierenden Kokon, der davon ablenkt, dass es keine Fenster gibt.“ Zugleich kontrastieren sie die industrielle Belüftungsanlage an der Decke. „Zusam-





Thomas Kröger schuf in einem Berliner Altbau (o.) einen voluminösen Fitnessraum für eine Trapezkünstlerin. Kleiner ist das Home-Gym des Möbelhändlers Stephan Weishaupt in Miami (u. re.). Re.: Ossi Oswald.

men mit dem alten Leder wirkt der Raum nun beinahe wie eine Sporthalle aus der Kindheit“, sagt Hubert Zandberg. „Kindheitserinnerungen sind meist positiv, und positive Assoziationen machen es leichter zu trainieren.“

Eine neutralere Raumwirkung erzielt der Architekt Thomas Kröger mit seinem lichten Trainingsraum für die Trapezkünstlerin und Trainerin Rosiris Garrido in Berlin. „Auch in Deutschland steigt die Nachfrage“, stellt er fest. Der Raum ist ungewöhnlich hell und funktional, weil Rosiris Garrido hier auch Pilateskurse anbietet. Er befindet sich in der zweiten Etage eines Altbaus in Charlottenburg. Kröger ließ Stahlträger unter der Decke einziehen und plante eine lange Spiegelwand ein, wichtig zur Trainingskontrolle. Ein Lüftungssystem war nicht erforderlich, weil die Deckenhöhe von vier Meter für ein ausreichendes Luftvolumen sorgt – zum Quer-

lüften werden die Fenster geöffnet. Um die Nachbarn vor Lärm zu schützen, ließ Kröger Kautschukböden mit einem entsprechenden Unterbau verlegen, der akustisch vom originalen Boden abgekoppelt ist. Einbauten aus Holz, die zugleich Reifen, Bälle und Gewichte beherbergen, bieten zusätzlichen akustischen Schutz und sorgen für Ordnung. „Wenn man sich auf eine Wand mit Geräten und Gewichten konzentriert“, sagt Kröger, „ist es fast wie eine Erzählung, sehr grafisch und ästhetisch.“

Dass man heute Geräte nicht mehr verstecken muss, ist Herstellern wie Technogym zu verdanken. Der sportbegeisterte Designer Nerio Alessandri, der das Unternehmen 1983 in der Garage seiner Eltern gründete, ist heute Marktführer – 50 Mil-

lionen Menschen trainieren täglich an seinen Konstruktionen. „Design spielt für Fitness und Wellness mittlerweile eine tragende Rolle“, sagt er. „Deshalb versuchen wir, unsere Produkte als *objets d'art* zu betrachten, die sich in möglichst jede Umgebung einpassen.“

Zusammen mit Antonio Citterio bedient Alessandri einen beständig wachsenden Markt für Heimgeräte – mit Fahrrädern, Laufbändern und Crosstrainern. „Antonio verbindet Stil und Technik mit einem gewissen Understatement“, sagt Alessandri, „und schafft so eine durchgängige und authentische Atmosphäre.“

Hubert Zandberg findet, je individueller der Fitnessraum gestaltet werde, umso effektiver sei das Training. „Viele vergessen: Das ist ihr persönlicher Raum, sie haben dort alle Freiheiten.“ Statt einer Sportmatte etwa könne man auch einen Berberteppich

auf den Boden legen. Freiräume seien wichtig. „Wer wenig Platz in der Wohnung hat, sollte sein Geld vielleicht lieber in einer Gym-Mitgliedschaft anlegen.“ ●



Hubert Zandberg

„Fitnessräume macht man entweder ganz oder gar nicht: Sie brauchen eine gewisse Größe, sonst sind sie ziemlich sinnlos.“