



GESUNDHEIT

DIE TRENDS DER FITNESS-MESSE »



Auch Schlagerstar Olaf Henning (43) folgte dem Ruf der FIBO nach Essen. Der Sänger legt viel Wert auf eine gute Figur: „Ich trainiere dreimal pro Woche mit einem Personal Trainer.“ Mit Ehefrau Adriana testete er die Weltneuheit „TwistFit“. Das „Fitnessstudio für die Hosentasche“ ist eine 160 Gramm schwere Schwungscheibe zwischen zwei Kordeln. Einmal aufgezogen, lässt sich die Rotationsenergie durch rhythmisches Ziehen an den Schnüren fürs Armtraining nutzen. Vielleicht eine Alternative für Henning, der „nur ein paar Hanteln unterm Bett liegen“ hat.

Foto: Udo Gottschalk