

Um Ihnen ein besseres Nutzererlebnis zu bieten, verwenden wir Cookies. Durch Nutzung unserer Dienste stimmen Sie unserer Verwendung von Cookies zu. [Weitere Informationen](#)

Ok

 MenüePaper  

Magazin

Michaela Schadewald führt seit 30 Jahren das Gesundheitsstudio Medi-Sport-Gym

- Anzeige -

Ein Leben auf der Überholspur

25.01.14



Gesundheit in Form: Michaela Schadewald (Mitte) gemeinsam mit ihrem Team bei der Vorstellung des Milon-Zirkels. © Medi Sport Gym

Michaela Schadewald hat zwei Lebensmittelpunkte: ihre Familie und ihr Fitnessstudio Medi-Sport-Gym in Bad Hersfeld. Ihre drei Töchter und vier Enkel stehen für das emotionale Wohlbefinden; der Beruf als Fitnesskauffrau und Trainerin für Rehabilitationssport (Stütz- und Bewegungsapparat) verschafft ihr die lang entbehrte Möglichkeit sich ständig weiterzubilden, zu lernen und neue Erfahrungen zu sammeln.

Jedes Jahr eine Ausbildung

„Jedes Jahr steht bei mir eine neue Ausbildung auf dem Plan“, berichtet die zierliche Geschäftsfrau. 14 verschiedene Trainerlizenzen hat sie so schon angesammelt. „Permanente Weiterbildung hält mein Hirn fit“, sagt die 60-Jährige, die sich fest vorgenommen hat im Alter noch zu studieren. Mit dem Medi-Sport-Gym ist Michaela Schadewald genauso eng verbunden, wie mit ihrer Familie. Als „Seele des Betriebes“ und Chefin von zwölf Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist sie so gut wie jeden Tag präsent. Sie kennt jedes einzelne der vielen hundert Mitglieder mit Namen. 30 Jahre besteht das Medi-Sport-Gym mittlerweile in Bad Hersfeld. Als gelernte Apothekenhelferin und selbst Mitglied der ersten Stunde hat Michaela Schadewald das Studio in 1984 übernommen. Damit war sie eine der ersten Frauen in Hessen und eine der wenigen in ganz Deutschland, die ein Fitnessstudio besaßen. „Das war eine der besten Entscheidungen meines Lebens“, blickt sie zurück.

- Anzeige -

Eingeölte Männerkörper mit erstaunlichen Muskelsträngen waren das typische Bild in den 1980ern in solchen Studios. Doch die Jungunternehmerin hatte gleich von Anfang an spezielle Kurse wie z.B. Fitness- und aerobisches Training für die Damen im Angebot.

Körper und Geist im Einklang

Heute lautet der Titel des Unternehmens „Gesundheit in Form“: im Medi-Sport-Gym in der Kleinen Industriestraße 2a steht die Gesundheit im Vordergrund, und das für jede Altersklasse. Ein ganzheitliches Training für Körper und Geist sowie individuelle Betreuung der Mitglieder sind die Philosophie der Fitnesstrainerin. Körper und Geist im Einklang – danach lebt Michaela Schadewald. „Natürlich habe auch ich Stress“, betont die unkonventionelle Unternehmerin. Den kann sie aber gut abbauen mit Sport, der richtigen Ernährung und beim Walken mit ihrer Frau Andrea. „Pudelwohl“ fühlt sich die 60-Jährige. Beruflich und privat hat sie erreicht, was sie wollte. Doch Stillstand ist der aktiven Frau verhasst, die immer nach neuen Ideen und Herausforderungen sucht. Ihr neuestes Projekt ist das Physiotherapeutische Center „Physio Profil“, das sie am 15. März im Ärztehaus in der Frankfurter Straße 7 eröffnet. Medizingeräte gestützte und manuelle Therapie wird hier für Rücken, Hüfte, Schulter und Knie angeboten.

Straßenfest zum 30. Bestehen

Ganz besonders kümmert sich Michaela Schadewald um ihre 21-jährige Enkelin Eileen, Schülerin der Physiotherapieschule in Bad Hersfeld. Sie wird nach Ende ihrer Ausbildung gemeinsam mit Heinrich Nuhn das neue Physio Center leiten. An der Seite der Fitnesskauffrau steht auch ihre älteste Tochter Katja, die bald in das gesamte Management/Verwaltung des Medi-Sport-Gym einsteigt. Die drei Frauen sind zurzeit mit der

Planung zum 30-jährigen Bestehen des Studios beschäftigt. Am 26. April soll es dazu ein großes Straßenfest in der Kleinen Industriestraße geben. Liebend gern werkelt Michaela Schadewald in ihrer Freizeit in und um ihr Haus herum. Eine eigene kleine Schreinerei hat sie sich eingerichtet und Holz hackt die zierliche Frau auch selbst. „Ich kann dreheln und mauern, aber nicht stricken, das habe ich von Papa, der war Maurer und Schreiner“, lacht sie. Die Powerfrau führt ein pralles Leben mit zahlreichen beruflichen Aktivitäten und vielen Hobbys, u. a. dem Wettkampfschießen im Verein Hubertus 04 Arzell. Dabei findet sie immer noch Zeit für Kinobesuche, Städtereisen - am liebsten nach Berlin - und für ihre Enkel.



- Anzeige -

Kommentare

▼ Kommentar verfassen

[Kontakt](#) [Impressum](#) [Datenschutz](#) [AGB](#) [Nutzungsbasierte Online-Werbung](#) [Mediadaten](#) [Netiquette](#)