

Dienstag, 30. Juni 2020 [Lokales](#)

## Respekt und gutes Gelingen

Von Ilka Fischer



Eilenburg bekommt ein neues Trainings- und Therapiezentrum. Dafür nimmt ein Liemehnaer Paar stolze 2,2 Millionen Euro in die Hand. Selbstverständlich ist das nicht. Auch, weil die beiden zwar sportlich fit sind, aber eben gleichwohl mit 56 und 61 Lenzen nicht mehr zu den ganz Jungen zählen. Doch in Sachen Enthusiasmus, Vision und Mut machen die Heynigs vielen Jüngeren etwas vor. Ihr Credo: Alle Menschen brauchen und wünschen sich Gesundheit. Nun müssen wir sie nur noch überzeugen, dass man dafür auch selbst etwas tun kann und muss. Dass die Heynigs mit ihrem Team genau diese Botschaft rüberbringen können, davon sprechen in erster Linie über 1000 Kunden in der Aktiv-Oase, die sie seit 2013 in der Kranoldstraße betreiben. Dass gezieltes und gut betreutes Gerätetraining nicht nur für Muskelprotze taugt, sondern tatsächlich hilft, den Alltag länger allein zu

bewältigen, den Gang ins Altenheim aufzuschieben oder bestenfalls ganz zu verhindern, spricht sich gerade bei den Älteren immer mehr herum. Spaß macht das stoische Heben der Gewichte oder das Beugen der Knie vermutlich trotzdem nicht immer. Zudem gilt es den inneren Schweinhund regelmäßig zu überlisten. Doch eine schöne Umgebung, Gruppenerlebnisse und vielleicht auch der abschließende Gang in die Sauna machen das Ganze zumindest leichter. Der Neubau verspricht all dies und so heißt der Wunsch an dieser Stelle: Im Namen der Gesundheit gutes Gelingen. Seite 30

E-Mail: [i.fischer@lvz.de](mailto:i.fischer@lvz.de)

