

# Sportwissenschaft vs. alte Schule und das große Geld mit dem Lizenzen

Sportwissenschaften, die Grundlage des modernen Sports. Jedes Studio, jede Physiotherapie Praxis und jedes Leistungszentrum schmückt sich gerne damit "nach den neuesten Erkenntnissen der Sportwissenschaften" zu arbeiten. An sich eine super Sache, doch warum kommt es immer vor, dass gerade wenn es um Leistung geht, diejenigen die nach der "alten Schule" trainieren oft die Nase vorn haben?

## **Die Rekorde beweisen es**

Betrachtet man die Rekorde, egal in welcher Sportart, im Laufe der Zeit, wird man feststellen, dass tatsächlich immer wieder Rekorde fallen und neue Bestleistungen erzielt werden. Wären die alten Methoden besser als die neuen, würden die Rekorde stagnieren, bzw. die aktuellen Leistungen deutlich darunter liegen. Nun gut, zugegeben, der ein oder andere Erfolg lässt sich wohl auch als ein Erfolg der Pharmaindustrie beschreiben, sicherlich jedoch nicht durch die Bank.

**Das Problem ist: Im Grunde profitiert nur der absolute Spitzensport von den Ergebnissen aus der aktuellsten Sportwissenschaft. Das hat mehrere Gründe:**

## **... die häufig falsche Interpretation von sportwissenschaftlichen Ergebnissen**

Professoren, die teilweise früher selbst Leistungssportler waren, erzielen in aufwendigen Studien hervorragende Ergebnisse, die zu teilweise erstaunlichen Erkenntnissen führen. Doch was bringt das alles, wenn diejenigen, die es später weitergeben und an die Allgemeinheit vermitteln es zur sehr verallgemeinern, oder gar falsch verstehen?

Zentrales Problem ist die Bezahlung und daraus resultierend die Qualifikation der Sport- und Fitnessbranche, die direkt am Kunden arbeitet.

## **Beispiel: der klassische Fintestrainer mit Sport- und Fitnesskaufmann Ausbildung**

Üblicherweise besucht man, um Fitnesstrainer zu werden einen Lehrgang. Ob es sich dabei um einen Fernlehrgang oder einen Vollzeit-Lehrgang handelt, sei jetzt einmal dahin gestellt. In diesem Lehrgang wird das nötige Grundwissen vermittelt, um den 0 8 15 Kunden effektiv beraten und betreuen zu können.

Ein solcher Lehrgang schlägt, je nach Institut, mit etwa 1000 Euro zu buche.

Ein ausgebildeter Sport- und Fitnesskaufmann mit Trainerlizenz verdient etwa 1000 Euro Netto im Monat. Um sich bis zum Fitnessfachwirt hoch zu arbeiten, müssen, mit entsprechenden Zusatzlehrgängen, gut 15 000 Euro investiert werden, um letzten Endes in der Anstellung etwa 2000 Euro Netto übrig zu haben, wenn er denn ein Studio findet, dass ihn zu diesen Konditionen einstellt.

**Fazit daraus:** Es mag vielleicht viele Talente und Interessierte geben, finanziell lohnt sich jedoch fast jede andere Branche mehr. Auch als Studierter ist die Bezahlung verhältnismäßig gering. Das bleibt nur der Weg in die Selbstständigkeit und der ist steinig und gefährlich.

Um wieder auf den eigentlichen Kritikpunkt zu kommen:

So arbeiten in erster Linie schwach qualifizierte, unterbezahlte Kräfte in den Studios, echte Kompetenz zu vermitteln ist hier schwer. Wissen wird oft von Person zu Person weitergegeben. Der gute alte "Stille Post-Effekt" tritt ein.

### **... die Weitergabe von veralteten und somit falschen Informationen**

Dieser "Stille Post-Effekt" zieht sich leider durch fast alle Schichten. Selbst Lehrkräfte an Schulen und Ausbilder vermitteln oft falsches Wissen.

### **... das "nicht Erkennen" von Potential engagierter Sportler**

Im Zuge des modernen Gesundheitssports werden immer mehr Personen gleich nach dem Schema "blos nicht zu viel belasten" behandelt. Ein Sportler muss jedoch nicht gleich in der ersten Liga spielen oder ein Fabian Hambüchen sein um eine spezielle Förderung zu benötigen um erfolgreich zu sein. Auch im Amateursport ist für den Erfolg eine recht hohe Belastung notwendig.

### **Warum die "alte Schule" scheinbar die Sportwissenschaften stehen lässt**

Es kommt wohl darauf an, was genau man unter "alte Schule" versteht. Wir verstehen darunter in erster Linie das Prinzip des sehr harten Trainings unter dem Motto viel hilft viel. Oft schaden diese Sportler Ihre Regeneration und schädigen Ihren Körper in einem gewissen Maße. Häufig sind sie aber auch den Sportlern im Vorteil, die sich durch den übertriebenen Schongang nicht mehr bewusst sind, zu was ihr Körper in der Lage sein kann. So gewinnt im Breitensport eben oft doch der häufig hart Trainierende ohne super Konzept gegen den entspannt Trainierenden mit professionellen Trainingsplan. Und zwar aus dem einfachen Grunde, dass er seinen Körper viel besser kennen gelernt hat und damit doch irgendwie dem sportwissenschaftlichen Prinzip "jedes Individuum ist ein eigener Trainingsfall" folgt.