

Fitness-Trainer Tobias Jantsch aus Kamenz hat ein besonderes Konzept. Dafür interessieren sich immer mehr.

26.09.2018
Von Ina Förster



Tobias Jantsch hob Lavida – das Zentrum für Gelenk- und Wirbelsäulenrekonditionierung bereits 2014 aus der Taufe. Sein besonderes Konzept überzeugt mittlerweile auch viele Kritiker. Die Kapazitätsgrenze ist in Kamenz allerdings fast erreicht. Auch Osteopathin Maren Handke (l.) trägt ihr Bestes dazu bei.

© Matthias Schumann

Kamenz. Lavida – das Zentrum für Gelenk- und Wirbelsäulenrekonditionierung in Kamenz, ist mittlerweile weit über die Stadtgrenzen bekannt. Grund dafür ist vor allem die unkonventionelle Herangehensweise seines Gründers Tobias Jantsch. Der 35-Jährige hat ein Konzept. Es klingt so ungewöhnlich wie einleuchtend. Und es kommt super an bei der Kundschaft. „Ich bin davon überzeugt, dass der Körper von Natur aus mit allem ausgestattet ist, um sich selbst gesund zu erhalten. Dieses Gleichgewicht wird meiner Meinung nach durch drei Hauptfaktoren gestört: Stress durch ein Trauma, chemischer Stress der eine Vergiftung des Körpers nach sich zieht und psychischer Stress“, sagt er. Da genau hinzuschauen, hat sich Jantsch zur Aufgabe gemacht. Er spricht mit seiner Kundschaft, reflektiert Verhaltens- und Lebensweisen. Hört zu. Spricht aus. Und geht Veränderungen mutig an.

Keine Schablone überstülpen

Und die Menschen gehen mit. Die Therapien und Kurse sind allerdings nichts für Zartbesaitete. Auch wenn Individualität schon wichtig ist. Kein Mensch ähnelt dem nächsten, jeder hat seine Vorgeschichte. Meistens beinhaltet diese leider auch einen langen Ärzte- und Therapeutenmarathon. „Dabei kann man keine Schablone über Menschen stülpen. Leider tun das immer noch zu viele konventionelle Mediziner,“ meint er. Viel zu viele Medikamente und Therapien

würden falsch eingesetzt. Oft, ohne in die Tiefe zu schauen. Im Lavidia ist vieles anders: Trainer, Heilpraktiker, Physiotherapeuten und Experten für osteopathische Befund- und Therapieerhebung sowie Coaches für Persönlichkeit und Stressmanagement arbeiten hier Hand in Hand. Und immer mehr Hausärzte überzeugten sich unterdessen selbst vom Lavidia-Konzept. „Wir pflegen beispielsweise auch eine sehr gute Zusammenarbeit mit dem Medizinischen Versorgungszentrum Ottendorf-Okrilla“, erzählt der 35-Jährige. Wer herfindet, möchte jedenfalls in neun von zehn Fällen nicht nur einfach ein bisschen Sport treiben. Sondern sein Leben grundlegend umkrempeln. Um jahrelangen Schmerzen zu entfliehen.

Bewegung ist Leben. Ist diese eingeschränkt, rollt die Lawine der Probleme meistens an. Mitmachen muss man schon. Das sagt der Trainer seinen Kunden gleich zu Beginn. „Ich habe früher kostenlose Erstgespräche angeboten. Das mache ich mittlerweile nicht mehr. Und das hat nichts mit Geldgier zu tun, sondern mit einer ganz einfachen Logik: Wer nicht bereit ist, bei mir zu investieren, wer gleich fragt, ob es auch Rabatte gibt oder warum Krankenkassen beispielsweise nichts dazu zahlen, der ist hier falsch. Der wird auch künftig nichts an Kraft und Energie in sich investieren“, weiß Tobias Jantsch. So jedenfalls sind die langjährigen Erfahrungen. Hart aber herzlich kennen ihn die Menschen, die seit Jahren im Studio Lavidia ein- und ausgehen. Am 1. Januar 2014 eröffnete Tobias Jantsch sein Gesundheitszentrum als Marke an der Fichtestraße, mietet dafür Räume der Kamenzer Textilreinigung. Denn nur deren Chef Danilo Mark glaubte damals an das Konzept, da er es am eigenen Körper erfahren durfte. Die Philosophie dahinter? Der Körper braucht die Balance. Egal ob es sich um Muskulatur, Faszien, Sehnen, Bänder oder die Psyche handelt. Sobald sich eine Dysbalance einstellt, wird sich der Körper melden. Sei es durch einen eingeschränkten Bewegungsapparat, Schmerzen – bis hin zu Depressionen.

Dabei definiert sich Fitness hier nicht über einen riesigen Gerätepark. Auserlesen kommen die einzelnen Stationen daher. Zwei Räume wurden im Lauf der Zeit angebaut beziehungsweise neu gestaltet. In den vergangenen fünf Jahren wurde in den Ausbau des Gesundheitszentrums immerhin ein erheblicher, sechsstelliger Euro-Betrag investiert. Edle Geräte im Holz-Design, eine ganze Therapiewand warten. Auf einer Terrasse darf im Sommer an der frischen Luft gesportelt werden. Die große Giebel-Glaswand im Dachgeschoss gestattet einen Blick auf die Kamenzer Altstadt. Hier oben ist auch das Reich von Osteopathin Maren Handke. Seit zwei Jahren komplettiert sie das Team im Lavidia. Mit ihr schloss sich eine Versorgungslücke in Kamenz. Auch eine Kletterwand sticht ins Auge. Neuerdings sorgt ein Kletter-Therapeut für besonderes Training. Nachwuchs an Fachkräften zieht man oft aus den eigenen Reihen. 2019 soll zudem der erste Azubi ausgebildet werden. „Unsere Mitarbeiter gehen regelmäßig auf Weiterbildung und zu Schulungen“, so Jantsch. „Darauf lege ich großen Wert!“

Wer heilt, hat recht?

Nach und nach hat er seine Theorie mit handfesten Beweisen untermauert. Viele sehr persönliche Erfahrungsberichte kann man auf der Homepage nachlesen. Geschichten von Menschen, die eigentlich schon keine Hoffnung mehr hatten. „Wir arbeiten immer lösungsorientiert. Das will die Kundschaft. Und der Erfolg gibt uns recht!“ Auch deshalb ist die Aufnahmekapazität in Kamenz fast erreicht. Man muss und möchte bald in Dresden expandieren. Darüber hinaus ist Tobias Jantschs Konzept bei Firmen und Großkonzernen gefragt. Er hält Vorträge zum Thema, berät Arbeitgeber zur Mitarbeitergesundheit. Oder gestaltet ganze Teamwochenenden. Dabei steht ein Leitsatz immer ganz vorn an: Den Leuten zuhören!