

## Jubiläum: fitnessRAUM.de wird 10 – Zeit zu feiern!

**Geschlossene Kinos, Theater, Museen, Restaurants – und eben auch Schwimmbäder, Fitness- und Yogastudios: Die letzten eineinhalb Jahre zwangen uns in vielen Bereichen, nach kreativen Alternativen zu suchen. Um beim mehr Rasten nicht zu rosten, entdecken viele Menschen die Welt der digitalen Fitness für sich. Dabei ist Online Fitness mehr als ein Corona-Phänomen. Das zeigt die Heidelberger Fitness-Plattform fitnessRAUM.de, die gerade ihren 10. Geburtstag feiert – und von der Idee und den Möglichkeiten von Online Fitness so überzeugt ist wie am ersten Tag.**



„Fit werden, Spaß haben und trainieren, wann und wo ich will“ – die Idee, hochwertige Fitnesskurse für alle wirklich jederzeit zugänglich zu machen, begleitet das Team von fitnessRAUM.de bereits seit den Anfängen 2011. Da digitale Jahre ein bisschen wie Hundejahre sind, und es bei all den Fitness-trends oft schwerfällt, einen Überblick zu behalten, blicken die Heidelberger auf eine turbulente Zeit mit vielen Innovationen, viel ausprobieren, hin und wieder verwerfen, und immer viel Spaß zurück.

Das Jubiläum nimmt das Unternehmen zum Anlass, langjährigen fitnessRAUM.de-Fans erzählen zu lassen, was für sie ihre Liebe zur Online Fitness ausmacht, und die Mitglieder mit einem neuen Programm mit den beliebtesten Kursen zu überraschen.

Seit den Anfängen verzeichnete das junge Unternehmen ein stetiges Wachstum und zählt mittlerweile zu den bundesweit erfolgreichsten Portalen seiner Art. Aus über 200 Kursen wurden im Laufe der Jahre mehr als 1.500 aufeinander abgestimmte und kombinierbare Fitness-Einheiten aus über 20 unterschiedlichen Sportarten. Über die Jahre entwickelten zertifizierte Trainerinnen und Trainer darüber hinaus mehr als 40 komplette Fitness-Programme, von „Bauch-weg“ über „Schlank & fit“ bis „Rückenfit easy“. Um das Angebot noch ganzheitlicher zu gestalten und Fitness-Fans auch in Fragen einer gesunden Ernährung

motivieren und unterstützen zu können, folgten innovative Ernährungsprogramme wie „Iss dich schlank“ (in classic & veggie) oder „Start vegan“.

### **fitnessRAUM.de: mit über 1500 Kursen auf Erfolgskurs**

Für die beiden Geschäftsführer Harald Schubert und Daniel Gonschorek war es der logische nächste Schritt, als am 1. August 2011 fitnessRAUM.de live ging. Bereits seit 2003 produzierten die beiden gemeinsam Fitness-DVDs – mit großem Erfolg. Das Online Fitnessstudio sollte den Zugang zu hochwertigen digitalen Fitnesskursen nun für alle noch einfacher machen.

Mit dem Startschuss konnten Userinnen und User ab sofort unbegrenzt und überall trainieren. Ob Yoga, Power-Training, Bauch-Beine-Po, Stretching, Rückenübungen oder Dance-Spaß – das Angebot war schon damals vielfältig. Ab 2015 erstrahlte fitnessRAUM.de nach umfangreichem Relaunch in neuen Farben und die fitnessRAUM-App für iOS und Android ging an den Start. 2019 folgte dann der nächste große Schritt: Das Unternehmen überraschte seine Mitglieder mit einem frischen Design und vielen neuen Programmen.

Auch heute noch erweitert das Online Fitnessstudio konsequent sein Angebot entsprechend den Wünschen seiner Mitglieder. Alle Kurse werden selbst in höchster Bild- und Tonqualität gedreht, ob im heimischen Studio in Heidelberg oder auch an Urlaubsorten, die träumen lassen, wie Fuerteventura, dem Mittelmeerraum und sogar Südafrika.

### **Mitglieder, Trainerinnen und Trainer: mit Herzblut und vollem Einsatz dabei!**

Viele Mitglieder trainieren schon seit 10 Jahren bei fitnessRAUM.de und sind dem vielseitigen Portal über die Jahre treu geblieben. Eine von ihnen ist Stephi (39), die zuvor lange das abwechslungsreiche DVD-Angebot genutzt hatte. Für die sportbegeisterte Enddreißigerin war es wichtig, nicht erst irgendwo hinfahren zu müssen und an feste Termine gebunden zu sein. „Stattdessen wollte ich mir einfach einen für mich und meine Bedürfnisse passenden Kurs aussuchen, wenn ich Zeit und vor allem auch Lust zu trainieren hatte“, fasst sie ihre Begeisterung für das Online-Training mit fitnessRAUM.de zusammen. Auch Susanne (58) ist schon von Anfang an mit dabei. Sie schätzt besonders, dass fitnessRAUM.de sie „immer wieder Neues entdecken lässt!“

Hier geht's zu den Interviews mit Stephi (39) und Susanne (58):

<https://www.fitnessraum.de/magazin/details/766>

<https://www.fitnessraum.de/magazin/details/767>

Zahlreiche Trainerinnen und Trainer begleiten das Online-Fitnessstudio nun schon seit vielen Jahren mit ihrer motivierenden Ausstrahlung und Expertise, darunter die bekannten Fitness-Expertinnen Stefanie Rohr und Michaela Süßbauer. Aber auch neue Fitness-Profis kamen dazu, wie Step-Koryphäe Marcel Kuhn, Gute Laune-Talent Elisa Dambeck oder Achtsamkeitstrainerin Ate Iyinboh.

### **Das Programm zum Jubiläum**

10 Jahre fitnessRAUM.de – das muss gefeiert werden! Zu diesem besonderen Anlass haben die kreativen Köpfe des Unternehmens ein 3-wöchiges Jubiläums-Programm entwickelt: Das Best-of der vergangenen Jahre. Der Mix aus einigen der beliebtesten Fatburner-, Cardio-, BBP-Kursen und mehr macht nicht nur fit, sondern auch richtig viel Spaß – und setzt neue Trainingsimpulse.

Hier geht es zum Jubiläums-Programm:

<https://www.fitnessraum.de/10-jahre-programm/start>

### **Und wie geht es weiter mit fitnessRAUM.de?**

Auch in Zukunft will das Online-Studio sich stetig weiterentwickeln: Jeden Monat neue Kurse, noch mehr innovative Programme – und das alles mit kundennahem persönlichem Support, stetiger Aktualisierung der Features im Bereich „Mein Studio“ und immer am (Fitness-) Puls der Zeit. Ob individuelles Training oder Fitness nach Plan: fitnessRAUM.de freut sich auf die weitere Reise mit seinen Mitgliedern, Fitnessprofis und Fans.

**Hier geht es zur Jubiläumsseite:** <https://www.fitnessraum.de/10-jahre-programm>