

Zürich, 11. Februar 2021

An den Gesamtbundesrat

- Herr Bundespräsident Guy Parmelin
- Frau Bundesrätin Simonetta Sommaruga
- Frau Bundesrätin Viola Amherd
- Frau Bundesrätin Karin Keller-Sutter
- Herr Bundesrat Alain Berset
- Herr Bundesrat Ignazio Cassis
- Herr Bundesrat Ueli Maurer

und an den Präsidenten der Gesundheitsdirektorenkonferenz

- Herr Lukas Engelberger

Regelmässige Bewegung ist für alle Menschen zum Erhalt der Gesundheit unentbehrlich. Zahlreiche Berichte und Studien weisen darauf hin, dass sich die veränderten Bewegungsgewohnheiten während der Lockdowns negativ auf die physische und psychische Gesundheit vieler Menschen auswirken. Der Bewegungsmangel macht sich mittlerweile in verschiedenen Bevölkerungsgruppen auch auf der Waage bemerkbar. Ebenso spielt er eine nicht zu unterschätzende Rolle in Bezug auf die Zunahme von psychisch angeschlagenen Menschen.

Sehr geehrte Damen und Herren Bundesrätinnen und Bundesräte

Sehr geehrter Herr Engelberger

Mitte Dezember wurde der reguläre Betrieb von Bewegungs-, Fitness- und Gesundheitscentern sowie die Durchführung von Bewegungs- und Fitnesskursen für Erwachsene abermals massiv eingeschränkt und kurz vor Weihnachten ganz verboten. Der Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz forderte Sie bereits damals auf, die geplanten Massnahmen zu überdenken.

Die Schliessung der Center, sowie das Verbot von Gruppenkursen für Erwachsene dauert inzwischen mindestens bis Ende Februar 2021. Eine Verlängerung dieser Massnahme ist auf Grund der aktuellen Entwicklung von COVID-19 leider nicht auszuschliessen. Wir massen uns zu diesem Thema kein Urteil an. Die Entscheidung über das weitere Vorgehen sollen entsprechende Fachleute und politische Behörden fällen. Allerdings möchten wir Ihnen als Fachpersonen für Gesundheitserhaltung durch Bewegungstraining ein paar Fragen und Gedanken zu gewissen Aspekten dieser Entscheidung mitteilen.

Weshalb sind physiotherapeutische Trainings und andere Dienstleistungen mit Körperkontakt (Coiffeure, Tatroo- und Kosmetikstudios) weiterhin möglich, Personaltrainings mit Bewegungsfachpersonen hingegen nicht?

1:1-Trainings sind für viele Menschen unentbehrlich zum Erhalt ihrer Gesundheit. Ein Trainingsunterbruch bedeutet grosse Rückschritte im Erreichten und oft eine Verschlimmerung der Beschwerden. Personaltraining kann ohne Körperkontakt durchgeführt werden, im Gegensatz zu den oben beschriebenen anderen Dienstleistungen.

Weshalb kann ein Geburtsvorbereitungs- oder Rückbildungsgymnastikkurs durchgeführt werden, ein Yoga-Training hingegen nicht?

Sowohl in Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskursen werden Bewegungssequenzen durchgeführt, welche der Intensität eines Yoga-Trainings ebenbürtig sind.

Weshalb kann im Hotel sowohl das Einzeltraining im Geräteraum, als auch das Personal- und Gruppentraining stattfinden, in Bewegungs-, Fitness- und Gesundheitscentern hingegen nicht?

Wie das Beispiel vom Walliserhof in Saas Fee zeigt, scheint in Hotelresorts & Spas an Fitnessgeräten trainiert werden zu dürfen. Zudem sind im genannten Hotel auch zum jetzigen Zeitpunkt Kurse in Aquagym, Pilates, Yoga und Rückenfit buchbar. Es ist nicht nachvollziehbar, weshalb dieselben Aktivitäten im Hotel erlaubt, draussen jedoch verboten sind.

Weshalb kann eine Theaterprobe mit 5 Personen stattfinden, ein Gruppentraining mit 5 Personen hingegen nicht?

Dass momentan Trainings und Kurse mit grösseren Gruppen nicht stattfinden können ist nachvollziehbar. Hingegen sollten Trainings in kleineren Gruppen möglich sein. Eine bewegte Theaterszene unterscheidet sich nicht wesentlich von der Aktivität in einem Bewegungstraining. Insbesondere weniger Technik affine Bevölkerungsgruppen, z.B. Senioren, sollten Gruppenkurse vor Ort besuchen können.

Die Aktivmitglieder unseres Berufsverbandes bewegten vor dem ersten Lockdown tagtäglich tausende Schweizerinnen und Schweizer. Mit ihren Bewegungskursen trugen sie wesentlich zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit der Schweizer Bevölkerung bei. Seit bald einem Jahr ist die Berufsausübung von Bewegungsfachleuten im "Freizeitbereich" eingeschränkt und zeitweise ganz verboten.

Die Folgen für die Trainierenden sind inzwischen spürbar - teilweise verheerend, wie uns viele Mitglieder berichten. Ein Beispiel von einer Kursleiterin, welche auf wöchentliche Spaziergänge in Kleingruppen umgestellt hat:

«Mir tut es weh, wenn ich im erlaubten Kontakt sehe, wie meine Kursteilnehmenden (Frauen und Männer zwischen 55 und 90 Jahren) von Woche zu Woche abgeben, zerfallen, abbauen, unsicherer und schwächer werden trotz regelmässiger Spaziergänge. Der Bewegungsunterricht ist notwendig, vorbeugend, unterstützend, wichtig, hilfreich, sinnvoll und vor allem gesundheitsfördernd.»

Das Beispiel zeigt: Ein angeleitetes Bewegungstraining zur Gesundheitserhaltung ist keine "Freizeitbeschäftigung". Spaziergänge ersetzen ein zielgerichtetes und angeleitetes Bewegungstraining nicht! Das Training ist für diese Menschen ein unverzichtbarer Bestandteil zur Erhaltung ihrer physischen und psychischen Gesundheit. Insbesondere für Menschen im fortgeschrittenen Alter ist ein Online-Training keine praktikable Alternative.

Eine brancheninterne Kundenbefragung unseres Partner-Verbandes SFGV (Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband) zu den Folgen der Zwangsschliessung der Bewegungsunternehmen bestätigt die Berichte unserer Aktivmitglieder.

«Beim Allgemeinzustand geben 26% der befragten Personen einen generellen Kraftverlust, 15% muskuläre Verspannungen und 9% eine Gewichtszunahme an. Bei den spezifischen Beschwerden, die sich durch das Wegfallen des Trainings wieder verschlechtert haben, liegen die Rückenschmerzen mit 42% weit vorne, gefolgt von Knie-/Beinschmerzen (13%) und Schulter-/Nackenschmerzen (7.5%). 37% der befragten Personen mussten seit der Schliessung wieder einen Arzt oder Therapeuten aufsuchen mit einem Problem, das sie sonst mit regelmässigem Training im Griff hatten. 44% der

befragten Personen geben an, dass sie aufgrund der Verschlechterung ihres Zustands wieder oder vermehrt Medikamente einsetzen müssen. Mehr als die Hälfte, nämlich 57% der befragten Personen machten ausserdem Angaben zu ihrem psychischen Befinden. Genannt werden vermehrte Müdigkeit und Antriebslosigkeit, erhöhte Aggressivität, depressive Verstimmungen und mittelgradige Depressionen.»

Wir fordern deshalb den Bundesrat und die Gesundheitsdirektorenkonferenz auf, die komplette Schliessung der Bewegungs-, Fitness- und Gesundheitscenter per Ende Februar zu beenden und mindestens folgende Angebote zuzulassen:

- Personaltraining indoor und outdoor (1:1-Training)
- Gruppentraining indoor und outdoor (zur Zeit max. 5 Personen inkl. Kursleitung, später z.B. Quadratmeter-pro-Person-Regelung)
- Einzeltrainings an Geräten unter Einhaltung der vom BAG geforderten Schutzmassnahmen

Begründung:

- Ein angeleitetes Bewegungstraining ist unentbehrlich für die Gesundheit vieler Menschen.
- Personal- und Gruppentrainings bedeuten Sozialkontakte und wirken so auch gegen die Vereinsamung vieler Menschen.
- Weitere Trainingsrückschritte und die damit verbundenen Beschwerden können vermieden werden.

Die Schutzkonzepte der Bewegungs- und Fitnessbranche haben gezeigt, dass entsprechende Schutzmassnahmen erfolgreich umgesetzt werden können. Es ist nicht nachvollziehbar, weshalb Physiotherapie, andere Dienstleistungen mit Körperkontakt, Hotel-Fitness und ausgewählte Gruppenveranstaltungen (Musik, Theater, Tanz, Geburtsvorbereitung) zugelassen sind, das regelmässige und ebenso wichtige Bewegungs- und Fitnessstraining hingegen nicht. Bewegungs- und Fitnessstraining sind keine reinen Freizeitbeschäftigungen. Sie sind essentiell für die Gesundheit!

Zu all diesen Argumenten kommen die wirtschaftlichen Sorgen, welche inzwischen ebenfalls eine grosse Anzahl unserer Mitglieder betreffen. Die Stimmen, welche Existenzängste äussern werden immer lauter. Einzelne Unternehmen mussten bereits aufgeben. Da nach der Corona-Krise vermutlich ein Nachholbedarf betreffend Training besteht, ist dies doppelt traurig. Erstens, weil es die betroffenen Unternehmen nicht bis zum Ende der Krise geschafft haben, und zweitens, weil sie dann fehlen.

Die angekündigten Entschädigungen der Existenz bedrohenden Umsatzausfälle greifen für viele betroffene Unternehmen nicht. Viele Kleinstbetriebe fallen ganz durch die Maschen, weil sie die geforderten Voraussetzungen nicht erfüllen. Es stehen viele Existenzen von Kleinunternehmen auf dem Spiel - Familien sind davon ebenso betroffen wie Mitarbeitende.

Wir erwarten von Ihnen, dass sie zum Wohle aller Menschen entscheiden.

Hochachtungsvoll



Christine Grämiger
Präsidentin



Susanne Gysi Arrenbrecht
Vizepräsidentin