

Die Luft wird nicht dünn

Weltweit modernstes Höhentrainingszentrum in Hellersdorf eröffnet

Von Steffi Bey

Die Reise in die Alpen könnte man sich künftig sparen. Denn in Berlin hat jetzt jeder die Möglichkeit, das modernste medizinische Höhentrainingszentrum der Welt zu besuchen. LOXYMED High-End Medical Care eröffnete in der »Hellen Mitte« am Fritz-Lang-Platz 6 in Hellersdorf einen 400 Quadratmeter großen Bereich. Das Zentrum soll zur Korrektur gestörter Stoffwechselprozesse, zur Revitalisierung im Alltag und zur methodischen Präzision für Spitzensportler beitragen.

Auf den ersten Blick wirkt der helle Raum in der dritten Etage des neuen Ärztezentrums fast wie ein normaler Fitnessbereich. Aber das täuscht, weil von der einzigartigen Technik mit der das Trainingszentrum funktioniert, nicht viel zu sehen ist. Ein Großteil der Apparate, Düsen, Schläuche und Filter wurde beispielsweise unter der Decke versteckt. An einer Wand sind Sensoren angebracht, und ein kleiner Bildschirm darüber zeigt die »aktuelle Höhe« an. »Bei 100 Metern beginnen wir unsere Vorbereitung«, sagte zur Eröffnung Volker Spiegel, Direktor der L.O.S. LOWOXYGEN SYSTEMS GmbH. In Zusammenarbeit mit der Charité sowie renommierten Unternehmen im Bereich der Molekularmedizin wurde in den vergangenen Jahren



Patientin Claudia Merkel trainiert in Alpen-Kulisse.

Foto: Ulli Winkler

das einzigartige System entwickelt. Das Besondere: Es erfolgt ein schneller und wirtschaftlicher Aufbau eines Höhenklimas, ohne dabei den Luftdruck zu senken. Die Luft wird mit steigender Höhe also nicht »dünnere«. Durch das moderne System entsteht Trockenstoff, der wiederum mit Frischluft, die einen Sauerstoffgehalt von 21 Prozent besitzt, vermischt wird.

Forschungen beweisen, dass dieses Höhenklima sich positiv auf den menschlichen Organismus auswirkt. »Deshalb gehören seit Jahrzehnten Höhen- und Akklima-

sprechend den körperlichen Voraussetzungen eine individuelle »Berg-Höhe« eingestellt. Maximal wären das 4500 Meter.

Die ersten Gäste erlebten zunächst das Klima bei 2500 Metern. »Es ist sehr angenehm, ich fühle mich wohl«, sagte eine Besucherin. Geeignet sei das Zentrum unter anderem für Menschen mit Atemwegserkrankungen, für orthopädische Rehabilitation und Prävention sowie für Spitzensportler. So ist es möglich, neben Teammitgliedern von Hertha BSC oder dem Boxer Markus Beyer auf dem Hometrainer zu trainieren. Gemeinsam kann man auf die Kinoleinwand schauen und das Bergpanorama genießen.

»Bevor jemand bei uns anfängt, wird ein Gesundheits-Check gemacht und natürlich auch der Sport »überwacht«, betonte der Sportwissenschaftler Volker Spiegel. Er empfiehlt zunächst zehn bis zwölf Trainingseinheiten, für die zwischen 350 und 400 Euro gezahlt werden müssen. Die Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten allerdings nicht.

Höhentrainingszentrum im Ärztezentrum Hellersdorf. Haus B, Fritz-Lang-Platz 6, geöffnet montags bis freitags 7 bis 22 Uhr, am Wochenende 8 bis 16 Uhr. Weitere Infos: www.loxy-med-berlin.de oder Tel. 992 88 88 50.

MD, 5.03.2007