



Der Abenteurer

Mit exzentrischen Kraftmaschinen will Werner Jaschke den Fitnessgerätemarkt erobern

„Der Spaß kommt beim Ergebnis“ ist sich Werner Jaschke (51) sicher. Mit seinen selbst entwickelten Fitnessgeräten, mit denen man sowohl ein Zug- als auch Bremskrafttraining durchführen kann, will er die Fitnessbranche gehörig aufwirbeln und sich im Wettbewerb der Gerätehersteller behaupten.

In seinem Haus in Sachsenheim, rund 20 km nördlich von Stuttgart, hat der Tüftler sein 20 qm großes Büro. Von hier aus leitet er sein Multisourcing-Unternehmen „extrafit“, nach dem er auch seine Gerätelinie benannt hat. Bodymedia hat den dreifachen Familienvater besucht und ist dabei auf einen interessanten Menschen gestoßen.

„Eigentlich wollte ich immer auswandern“, sagt der am 16. März 1955 in Ludwigsburg geborene Jaschke. Doch irgendwie hätte er es nie geschafft, seiner Heimat den Rücken zu kehren und so ging er im Beruf einen bodenständigen Weg. Im Gegensatz zu seiner Freizeit, doch darüber soll an späterer Stelle berichtet werden.

Ohne es damals schon zu planen, bedeutete jeder Berufsabschnitt einen Mosaikstein auf dem Weg zum Unternehmen „extrafit“. Seine Stationen: Ausbildung zum Elektroniker (Bosch), Aufbaulehrgang, Waverfertigung IBM, Customer Service bei einem Computergroßhändler. Bei der Firma HAKO erwarb er Kenntnisse über Elektronik, Hydraulik und Mechanik. „Alles, was im Maschinenbau genutzt wird, kam dort zur Anwendung“, erinnert sich Jaschke an wichtige „Lehrjahre“.

Die Fitnessbranche lernte er als Servicetechniker beim Sporternährungsanbieter Inko kennen. Inko hatte damals auch noch den Deutschland-Vertrieb für Universal, dem führenden amerika-

People



Schön und funktionell: die Extrafit-Serie.

nischen Fitnessgerätehersteller. „Das waren schon sehr gute Geräte“, erinnert sich Werner Jaschke. Als Inko sich von Universal trennte, übernahm er selbst den Vertrieb. „Leider waren die Universal-Geräte ihrer Zeit doch ein paar Schritte zu weit voraus“, so Jaschke. Das Unternehmen ging 1998 bankrott. Im gleichen Jahr wechselte Jaschke zu dem Augsburger Kraft/Cardio-Komplettanbieter miha. Trotzdem ließ er seine Universal-Kunden nicht im Stich, sondern kaufte sämtliche Ersatzteile von Universal auf und betreute die Clubs noch bis ins Jahr 2004.

Bei miha übernahm er für den süddeutschen Bereich den Service und Vertrieb und brachte dort eine „neue Qualität rein“, beurteilt Jaschke seine Tätigkeit rückblickend. Hier holte er sich den letzten Schliff, um seine schon seit längerem angedachte Vision von neuen Fitnessgeräten zu verwirklichen. „Die Menschen kommen in den Club, um fit zu werden!“ Das sei nach Jaschke das Hauptmotiv und fügt an: „Wenn die Fitnessclubmitglieder ihre Trainingsziele nicht erreichen, kündigen sie.“ Auf Grundlage seiner jahrelangen Erfahrung und seinem umfang-



Extrafit-Erfinder Werner Jaschke legt auch selber Hand an.

reichen technischen Know-how ist die Idee entstanden, ein Unternehmen zu gründen, das Gewichtsmaschinen für Bremskrafttraining baut.

Im vergangenen Jahr stieg Jaschke bei miha aus und investierte jede freie Minute in die Entwicklung der neuen Geräte. Für jeden Bereich suchte er sich entsprechende Partner. So baut z.B. die renommierte Firma L+K aus Rinteln seine Geräte. Auch die Punkte Biomechanik, Marketing, Design und Zeichnungen wurden mit Spezialisten besetzt. So manche schlaflose Nacht habe ihm sein Projekt, das im oberen sechsstelligen Euro-Bereich anzusiedeln ist, gekostet. Rückhalt fand er in dieser schwierigen Phase („100x habe ich gedacht, es geht nicht mehr weiter“) in erster Linie bei seiner Familie. Vor allem seine Frau habe in ihren 29 gemeinsamen Ehejahren schon so manchen Tick ihres Mannes mittragen müssen.

Denn, so solide sich der berufliche Werdegang von Werner Jaschke liest, umso abenteuerlicher hören sich seine Freizeitaktivitäten an. Schon mit 18 Jahren erfüllte er sich einen Kindheitstraum. Er mietete sich alleine in Irland ein Pferd und ließ sich zwei Wochen von dem Vierbeiner über die grüne Insel tragen. Zu einer seiner größten Leidenschaften zählt das Befahren von Flüssen mit einem Faltboot. So unternahm er schon 1973 im Alleingang eine seiner spektakulärsten Touren auf der Donau. Das Ziel hieß Belgrad. „In den Zeiten des Kalten Krieges kein einfaches Unterfangen“, ordnet Werner Jaschke die damaligen Erlebnisse zeitlich ein. Man habe mit Zigeunern am Lagerfeuer gegessen oder sich mit Bürgern der ehemaligen DDR heimlich ausgetauscht.

Eine weitere Episode seines Draufgänger-tums schrieb eine Faltboot-Tour zwischen den griechischen Inseln. Während einer Etappe seien er und sein Sohn in schwere See (Windstärke 8) gekommen. „Wir hatten uns über das Wetter nicht genau vorinformiert“, grinst Jaschke, der weiß, dass dieses Abenteuer hätte schief gehen können. Einmal über das offene Meer paddeln oder für vierzehn Tage als Cowboy in Amerika leben sind Wünsche, die er sich noch gerne erfüllen

People



Ein kreativer Kopf: Werner Jaschke.

möchte. Seine aktuellen Nervenkitzel sind allerdings auch nicht ohne und gegensätzlicher, wie zwei Hobbys kaum sein können. Zum einen „befährt“ er Höhlen, wie es im Fachjargon der Höhlenkletterer heißt, zum anderen hat er schon 180 Fallschirmsprünge auf seinem Konto.

Während er beim Klettern seinem naturell entsprechend so manches Wagnis eingeht (er ist die wasserführende Falkensteinhöhle ohne Taucherbrille und Neoprenanzug befahren), zieht er beim Fallschirmspringen schon frühzeitig (bei 1.200 m) die Leine. Die Wurzeln zu extremen körperlichen Belastungen wurden bei ihm im übrigen schon früh gelegt. Als Sechsjähriger ist er zusammen mit seinem Vater und

seinem Bruder durch den Schwarzwald geradelt. Doch zurück zu den Fitnessmaschinen. Das wichtigste Unterscheidungsmerkmal zu anderen Geräten ist, dass die Muskulatur sowohl konzentrisch (überwindend) als auch exzentrisch (nachgebend) trainiert wird. Der größte Vorteil bei dieser Methode: Der Trainierende erzielt bei gleichem Zeitaufwand höhere Kraftzuwächse gegenüber dem herkömmlichen Training. Die Trainingssteuerung an den extrafit-Geräten erfolgt durch Chipkarten. Hier sieht man deutlich die Handschrift von Jaschkes früherem Arbeitgeber miha. Außerdem sind alle Maschinen mit einem Display ausgestattet, auf dem verschiedene Parameter abzulesen sind. Es erfolgt eine automatische Trainingsanpassung durch:

- einen Maximalkrafttest;
- einem Idealkraft-Rechner (berechnet automatisch die effektivste Trainingskraft);
- einem Hubzahl-Controller (stellt automatisch die benötigte Trainingskraft ein und erhöht den Trainingskraftwert entsprechend der Leistungssteigerung);
- einem Superkompensation-Controller (kontrolliert die Trainingsintervalle und animiert den Kunden immer zur richtigen Zeit zu trainieren);
- einem Trainingsplan-Controller (der Kunde wird am Display auf das Ende seiner Trainingsperiode hingewiesen, so dass er sich automatisch

beim Trainer meldet);

- sowie dem Power Out Trainingsziel (Das Trainingsziel, bei dem der Muskel völlig ermüdet wird führt zur Anpassung des Körpers und somit zur Hypertrophie der Muskulatur.

Ein weiterer Benutzer-Mehrwert ist die visuelle Trainingsführung. Sie beinhaltet u.a. eine automatische Einstellanzeige, d.h. sämtliche Geräteeinstellungen werden automatisch angezeigt, die der Trainierende dann selbst ausführt sowie die Kontrolle des Bewegungsablaufs, die auf einem Balkendiagramm angezeigt wird.

98.000 Euro kostet die komplette Serie inklusive umfangreiches Service- und Marketingpaket, nicht eben wenig, doch Werner Jaschke hat für Interessierte verschiedene Finanzierungsmodelle parat. Nach seinen Worten sind seine Geräte genau das richtige Mittel, um dem häufig vorgeschobenen Argument „keine Zeit“ begegnen zu können. Die kurze Trainingszeit („in 35 Minuten hat man alle neun Geräte durch“) und die hohe Effizienz spreche viele Kunden an. Im Kaufpreis außerdem enthalten sind neben innovativen Geräten außerdem ein umfangreiches Service und Marketingpaket mit Prospekten, Außenbannern, Innenwerbung, Thekenaufstellern, T-Shirts, einer umfangreichen Trainer-schulung und Verkaufsunterstützung vom Profi.

In wissenschaftlichen Studien wurde gerade Herzpatienten das Bremskrafttraining empfohlen, weil es das Herz im Vergleich zum herkömmlichen Krafttraining bei gleicher Effizienz weniger stark belastet. „Die größten muskulären Probleme im Alltag habe ich, wenn ich bergab oder eine Treppe hinunter gehe oder wenn ich mit dem Bein eine Auffangbewegung machen muss, um nicht beim Stolpern hinzufallen“, weist Jaschke auf die hohe Praxisnähe seiner Trainingsmethode hin. Einsparung von Personalkosten, Flächenoptimierung (60 qm Trainingsfläche reichen aus für alle neun Geräte), Zielgruppenorientierung (Best Age, Hausfrauen, Berufstätige) seien weitere gute Gründe, das „weltweit effektivste Krafttraining“ in seiner Anlage zu integrieren.

Torsten Rau



Auf dem Display erhält der Trainierende wichtige Informationen auf einen Blick.