



ERSTER WELLNESSGIPFEL DÜSSELDORF

Wellness ist ein Berg

Um die heute gängige Bedeutung von Wellness im deutschsprachigen Raum und einen international ganz anderen Sinngehalt ging es auf dem Internationalen Wellnessgipfel, den der Deutsche Wellnessverband anlässlich seines zwanzigjährigen Bestehens am 22. und 23. August in seinem Heimatort Düsseldorf erstmals veranstaltete. „Schwimmbad + Therme“ war Medienpartner.

Text Christine Müller Fotos Deutscher Wellness Verband, photos.com

Wellness ist meine Lebensbestimmung, Real Wellness ist mein Lebensprogramm“, umschreibt der Gründer des Deutschen Wellness Verbandes Lutz Hertel den für ihn „schwereren Weg“, bei dem er sich auch gern körperlich fordert. „Es bedeutet, frei und eigenverantwortlich zu denken, zu entscheiden und zu handeln, um die Qualität seines Lebens so weit wie möglich zu steigern. Wer diesen Grundsatz begriffen hat, wird bald verstehen, dass eine gewisse Intelligenz und Disziplin im Lebensstil unverzichtbar ist.“

20 Jahre Wellness-Gedanke

Wusste 1990 noch kaum jemand etwas mit

dem Begriff „Wellness“ anzufangen, ist dieser heute Antriebsmotor des sogenannten zweiten Gesundheitsmarktes. Mittlerweile gehört der Wellnessurlaub – nicht nur in Deutschland – zu den beliebtesten Reiseformen, bemerkt Lutz Hertel nicht ohne einen gewissen Stolz, ist der vor zwanzig Jahren gegründete Verband doch maßgeblich für die Verbreitung des Wortes „Wellness“ verantwortlich. Dennoch verwechseln viele noch immer die Lebensstrategie Wellness mit dem passiven Sich-verwöhnen-Lassen. Nicht nur blinde Sucht nach mehr Verdienst, sondern auch die Trivialisierung des ausgangspunktigen Begriffs bringen zunehmende Skepsis sowie Stagnation und Rückgang. Hier bietet der Deutsche Wellness Verband mit seinem Prüfsiegel, dem Deutschen Wellness Zertifikat, verlässliche Hilfe.

Was ist Wellness?

„Die Bedeutung von Wellness ist im deutschsprachigen Raum eine ganz andere als im Rest der Welt. International wird Wellness als Synonym für Gesundheitsförderung und gesundheitliche Lebensqualität verstanden. In den USA umschreibt man vor allem das betriebliche Gesundheits-Management als Wellnessprogramm“, präzisiert Hertel. Der Fokus liegt dabei in der Regel auf der Vermittlung gesunder Verhaltensweisen und Lebenseinstellungen, die nicht zuletzt auch etwa Teil des auf Selbstverantwortung basierenden Gesundheitssystems in den USA ist. Statt wie dort



In Feierstimmung: Lutz Hertel, Gründer des Deutschen Wellness Verbandes.



Workshop BodySense: Architektin Sabine Keggenhoff stellte ihr Raumkonzept vor.



Unterschiedliche Referate internationaler Fachleute wie etwa Dr. Manfred Kohl.

von Anbeginn zu lernen, dass man sich um sich selbst kümmern und für sich Verantwortung übernehmen muss, verfallen Menschen etwa in Deutschland immer noch in eine gewisse „Vollkaskomentalität“. Auch versteht man unter Wellness meist vor allem passive Entspannung und Sinneslust. „Solange Hoteliers weiterhin glauben, sie müssten vor allem eine große Badelandschaft mit vielen verschiedenen Saunen bieten, kann sich der

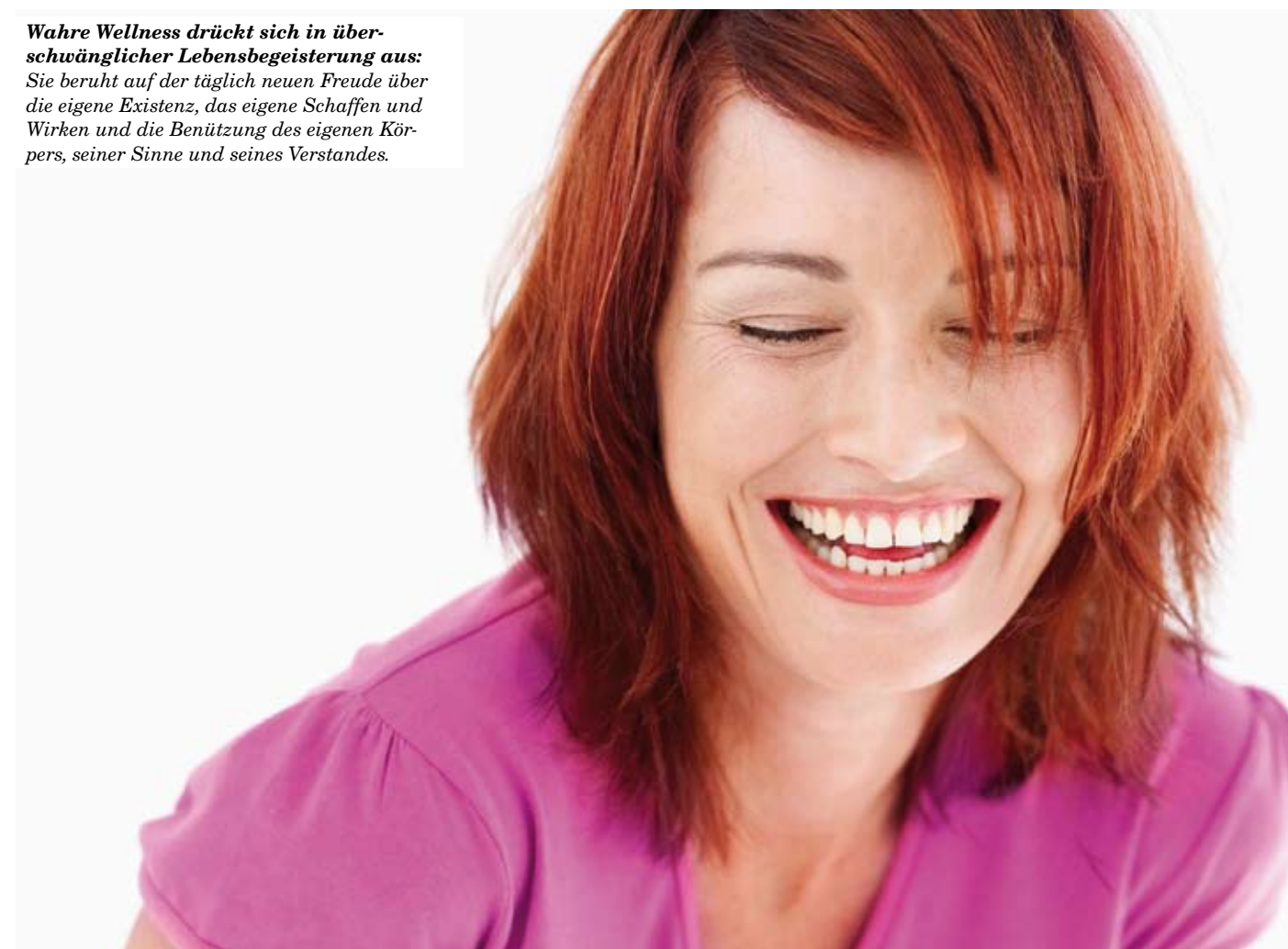
Markt nicht nennenswert weiterentwickeln. Es entstehen allenfalls Überkapazitäten und ein ruinöses Wettrennen“, zeigt sich Hertel mit der heute vorherrschenden Situation unzufrieden. Im Rahmen von Haushaltsbefragungen des Deutschen Wellness Verbandes gemeinsam mit GfK TravelScope zum deutschen Reiseverhalten zeigt sich, dass über 70 Prozent der Hotelgäste aber Wellness-Wissen nach Hause mitnehmen möchten. Das wichtigste Motiv

für einen Wellnessurlaub ist körperlicher Ausgleich zum Alltag. Aktivangebote – auch jene aktiver Entspannung – müssen aber attraktiv gestaltet und vermarktet sein. „Wer seine Gäste nicht als Patienten sondern eher als „Fahrschüler“ behandelt, könnte sich in die richtige Richtung entwickeln“, hofft Hertel.

Wohlfühlen oder Arbeit?

„Wellness ist ein Berg, kein Strand. Ein Berg, ►

Wahre Wellness drückt sich in überschwänglicher Lebensbegeisterung aus: Sie beruht auf der täglich neuen Freude über die eigene Existenz, das eigene Schaffen und Wirken und die Benützung des eigenen Körpers, seiner Sinne und seines Verstandes.





Dr. Donald B. Ardell wurde der **Lifetime Achievement Award** „A life of wellness“ überreicht.



Einblick in Produktentwicklungen und neue Geschäftsmodelle bot sich bei der Ausstellung im Rahmen des Deutschen Wellnessgipfels.

Das Jubiläumsmagazin präsentiert – auch optisch ansprechend – die wichtigsten Schritte der ersten zwanzig Jahre.



der es wert ist, bestiegen zu werden.“ Dieser Satz stammt vom Amerikaner Donald B. Ardell, Beiratsmitglied des Deutschen Wellness Verbandes und wohl bekanntester und einflussreichster Begründer der Wellnessbewegung in den USA. Für ihn ist Wellness eine Lebensphilosophie und bedeutet das Streben nach mehr Lebensqualität durch einen bewussten, disziplinierten Lebensstil. Die hierin anklingende

tägliche „Arbeit“ würde jedoch reich belohnt, verheißt Ardell, wobei sich wahre Wellness in überschwänglicher Lebensbegeisterung ausdrücke. „Sie beruht auf der täglich neuen Freude über die eigene Existenz, das eigene Schaffen und Wirken und die Benützung des eigenen Körpers, seiner Sinne und seines Verstandes. Allerdings erzeugt man diese Art von Wellness selbst“, ist Ardell überzeugt. Was bislang so üblicherweise mit Wellnesshotels oder Wellnessbehandlungen und -angeboten verbunden wird, würde er eher Spa-Wellness nennen, manchmal sogar als unsinnige „Nonsense-Wellness“. Wahre Wellness („Real Wellness“) allerdings sieht für ihn anders aus: Denn dieser Begriff steht als Abkürzung für Reason, Exuberance und Liberty – also für Vernunft,

Freude und Freiheit. Wobei Ardell Freiheit als eine der wichtigsten Grundlagen für ein lebenswertes Leben erachtet. „Eigene Entscheidungen treffen zu können und zu dürfen ist etwas Großartiges.“ Denn, so ist Ardell überzeugt, „Wellness ist die Fähigkeit, sein Leben auf die bestmögliche Weise zu gestalten und dadurch lange glücklich und zufrieden zu sein“.

Stütze des Gesundheitssystems

In Deutschland wird seit langem von der Politik ein Präventionsgesetz als vierte Säule des Gesundheitswesens ins Auge gefasst, bisher jedoch ohne konkrete Ergebnisse. Hertel kritisiert, dass bislang nicht einmal systematisch untersucht wurde, welchen gesundheitlichen Nutzen die vielfältigen privaten Investitionen in Wellnessurlaub, Yogakurs oder Heimsauna insgesamt verzeichnen. Denn einzeln für sich genommen, sei der seelische und körperliche Nutzen dieser Aktivitäten, wie Hertel weiter meint, durchaus belegt. Die Zukunft sieht der Begründer des Deutschen Wellness Verbandes in der Real Wellness, denn vermehrt steigt der Bedarf an Angeboten für die selbstgestaltbare Gesundheit. „Unsere Gesellschaft wird in den nächsten zwanzig Jahren ein unvorstellbares Maß an Eigenverantwortung von uns verlangen. Wer dafür weder Plan noch Lebenskompetenz besitzt, wird klar auf der Strecke bleiben.“ Ein wesentliches Merkmal der Wellnessbewegung ist das Prinzip der Selbstverantwortung für das individuelle gesundheitliche Wohlbefinden. Man verlässt sich nicht auf das Versorgungssystem, sondern entscheidet, handelt und zahlt selbst.

Wellness-Revolution

Aus Anlass des zwanzigjährigen Bestehens des Deutschen Wellness Verbandes sprach nicht nur eine der wichtigsten Persönlichkeiten der amerikanischen Wellnessbewegung Don Ardell über das Zukunftskonzept „Real Wellness“, sondern referierten und diskutierten profunde Exper-



Statt korrekt und pflichtbewusst: Man hat in den letzten 20 Jahren gelernt, sich zu entspannen und sich „locker“ zu machen.

ten der Branche zu Themen aus Wellness, Hotellerie und Management, Marketing und Tourismusentwicklung, Wirtschaft und Gesundheitsmarkt. Boten einleitende Workshops Einblick in Produktentwicklungen und neue Geschäftsmodelle, so gab es auch reichlich Gelegenheit zum informellen Netzwerken mit Teilnehmern und Referenten.

Unser Gesundheitssystem ist komplex und teuer. Selbstverantwortung für die Förderung der eigenen Gesundheit ist zu stärken, die Gesundheit stets ganzheitlich zu betrachten. Denn letztlich ist Prävention sinnvoller als Krankheitsbekämpfung. Schon lange wird etwa das amerikanische Gesundheitssystem durch die individuelle Selbstverantwortung und persönliche Freiheit geprägt. Galten Deutsche weithin vor allem als ordentlich, sauber, pflichtbewusst, diszipliniert, fleißig, pünktlich und korrekt, so haben sie in den letzten zwanzig Jahren gelernt, sich „locker“ zu machen, sich zu entspannen und in der Bewegung körperlichen Ausgleich zu suchen, der auch letztlich glücklicher macht. Bei den ersten Schritten zur Lebenskompetenz sollte bereits im Kindesalter das Lernfach „Glück“ helfen – das etwa in einer Schule in Heidelberg bereits auf dem Lehrplan steht.

Die neue Zukunft

Die Essenz einer Entwicklung der nächsten Jahre brachte der österreichische Tourismusprofi Manfred Kohl auf den Punkt: Weniger ist oft mehr. Hoteliers, denen bisher das Drumherum wichtiger war als die Behandlung selbst, die mehr in eine Inszenierung suggestiver Wirkungskraft oder in mehr Liegeflächen investierten, regt Kohl zum Umdenken an, zum Verkauf von Lebensqualität, weg von den üblichen Schnickschnackangeboten, hin zu Lebenskonzepten, die körperliche und psychische Unterstützung als Gegenpol zur Arbeitswelt anbieten. Auch Green Wellness verzeichnet laut Manfred Kohl ein starkes Wachstum, Natur und Outdoorwellness haben Zukunftspotenzial. Die wahren Luxusgüter der Zukunft sieht er aber in Begriffen wie Zeit, Pflege (Care), Raum, Ruhe, Umwelt oder Sicherheit.

Für den Stargast des Gipfels Don Ardell, dem man den Lifetime Achievement Award „A life of wellness“ für seinen lebenslangen Einsatz für Wellness überreichte, ist Real Wellness eine Weltanschauung. Real Wellness ist für ihn die Wissenschaft des Glücklichen, als Stimulans eines erfüllten Lebens. Als weiterer Höhepunkt galt die Teilnahme des Benediktinermönchs und Zenmeisters Willigis Jäger, der sich der Sinnfrage des Daseins widmete und alle Kongressteilnehmer gleich auf eine kleine, aber sehr berührende Bewusstseinreise mitnahm, um in eine andere Erfahrungsebene zu führen, die es ermöglichen soll, den Urgrund menschlicher Existenz zu begreifen: Wellness als Deutung unseres Menschseins.