



**VIEL SPASS, VIEL INFO**  
 Slacklining (loben) wird im wahren Leben natürlich nicht über den Dächern der Stadt praktiziert, sondern in Bodennähe. Interessierte informieren sich unter [www.slacklining-slackline.de](http://www.slacklining-slackline.de). Die ganze Ballooning-Welt zeigt [www.ballooning.com](http://www.ballooning.com). Den Schlagzeug-Workout gibt's über [www.drumsalive.de](http://www.drumsalive.de). Infos über die Matten-Fitness ist auf [www.gofit-gesundheit.com](http://www.gofit-gesundheit.com) zu finden. Jukari – Fit to Fly ist bei [www.reebok.com](http://www.reebok.com) zu sehen. Die stylische Fitness-Station präsentiert [www.waterworkx.de](http://www.waterworkx.de). Interessanter Link für Stehpaddler: [www.supworldcup.de](http://www.supworldcup.de).

### Drums Alive

Profischlagzeuger haben einen harten Job: Sie verbrennen so viel wie ein Profifußballer. Aufgrund dieser Leistungsbilanz wurde das neue Training zusammengestellt: Mit zwei Schlagstöcken wird ein großer Gymnastikball bearbeitet, dazu gibt es als Choreo diverse Schrittfolgen. Für fitte Step-Aerobic-Fans, die gezielt Stress abbauen wollen, ein Muss.

### goFit

Kleine Matte (50 cm x 50 cm), große Wirkung. Die tiefblaue Vita-Beach-Gesundheitsmatte arbeitet mit den Segnungen der Fußreflexzonenmassage. Ihre Oberfläche ist einem Kiesstrand nachempfunden, dessen verschieden hohe Kiesel sich nach allen Seiten bewegen können. Zweimal 10 bis 15 Minuten täglich sorgen für ein (fast) echtes Beach-Erlebnis und für viel Wohlfühl. Für Fitness-Minimalisten.

### Jukari – Fit to Fly

Das Trainingsgerät ist der Welt des Zirkus entliehen: Es ist die berühmte Trapezstange, mit deren Hilfe Artisten unter der Zirkuskuppel turnen. Im Fitnessstudio fliegt man freilich nur einige Sekunden durch die Luft, gleichzeitig wird der Körper an der Stange mit Cardio- und Kraftübungen trainiert. Für Experimentierfreudige, die gern auch mal abheben.

### Waterworkx

Das Tool mit der eigenwilligen Schreibweise ist in seiner hellen Holzkonstruktion Designobjekt und eine Trainingsstation, die aufgrund eines eingebauten Tanks mit weichem Wasserwiderstand arbeitet (der sich stufenlos regulieren lässt). Das Resultat: ein von angenehmem Wasserrauschen begleitetes Training, das Spaß macht. Für Stylisten, die Kraft, Ausdauer und Flexibilität auf einmal verbessern möchten.

### Stand Up Paddling

Alles, was man braucht: ein Surfbrett, ein Stechpaddel, einen Fluss oder See. Wer ein Stündlein als Stehpaddler auf dem Brett verbringt, bekommt garantiert einen wunderbaren Ganzkörper-Workout spendiert. Für Outdoor-Liebhaber, die ganz oben auf der Fitnesswelle sein möchten. **MARTIN VOGELSSANG**

FOTO: Kay Lee Davis/Betty Images