

WIRTSCHAFT

- ▶ Urlaub ab HafenCity | Seite 14
- ▶ Mit Herzblut auf dem Boulevard | Seite 15

Mittagspause auf dem Matterhorn

Das Zellkraft-Studio im Wasserschloss bietet Gesundheitsprävention an

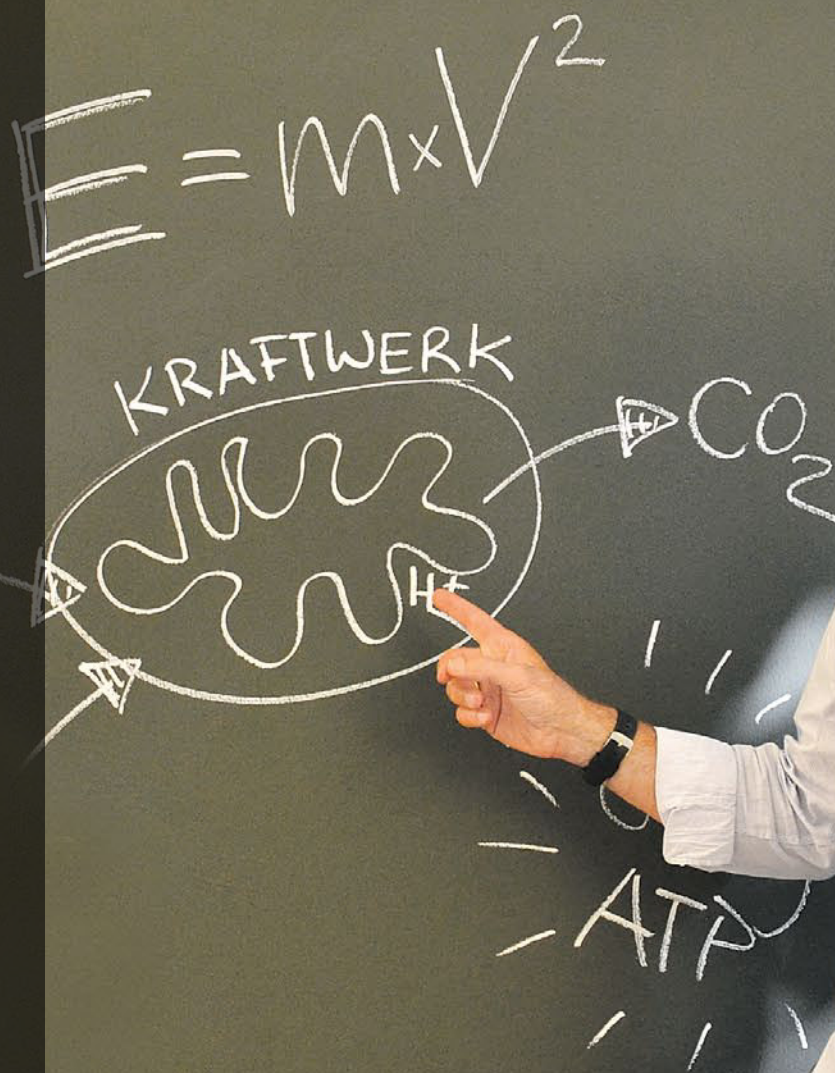
▶ „Ohne Genuss geht es nicht!“, betont Dr. Dirk Wagener (55), der Gründer von Zellkraft, wenn er über „eine nachhaltig erfolgreiche Umstellung auf einen gesunden Lebensstil“ spricht. Der Mikro- und Zellbiologe entwickelte ein präventives Gesundheitskonzept, das insbesondere die gezielte Verbesserung des Stoffwechsels in den menschlichen Zellen zur Folge hat.

Der Kern der Methode besteht darin, dass dem Körper simuliert wird, dass er sich auf dem Berg befindet und dort Höhenluft atmet. Dabei wird im Sitzen oder Liegen über eine Atemmaske Luft mit unterschiedlichen Sauerstoffkonzentrationen eingeatmet und die Energieproduktion in den „Kraftwerken“ der rund 100 Billionen Zellen im menschlichen Körper, den Mitochondrien, angeregt. Der so angekurbelte Organismus reagiert unter anderem mit einer verbesserten Leistungsfähigkeit und kürzeren Regenerationszeiten. Selbst ein besseres Aussehen durch straffere Haut sowie die Reduktion des Körpergewichts werden durch die ausgelösten körpereigenen Anpassungsreaktionen möglich.

Seit 2013 in der HafenCity ist Zellkraft längst kein Geheimtipp mehr. Zu Wageners Kunden zählen nicht nur Mitarbeiter und Entscheider von Firmen aus der Speicherstadt und der HafenCity, die im Rahmen von Gesundheitsmanagement-Programmen regelmäßig das Studio besuchen. Immer mehr Privatpersonen buchen die Kuren, die aus

zehn bis 15 Behandlungen – optimalerweise zwei Mal in der Woche – bestehen. „Viele meiner Kunden wohnen oder arbeiten in unmittelbarer Nähe“, erläutert Dirk Wagener den besonderen Vorteil seines Standortes, „und können ganz bequem in der Mittagspause, zwischen zwei Meetings oder nach der Arbeit vorbeikommen. Eine Behandlung dauert circa 40 Minuten, und das Workout für die Zellen ist büro- und alltagstauglich.“ Zellkraft ist aber auch für Ausdauersportler, wie zum Beispiel Triathleten als Trainingsvorbereitung geeignet und „...einige meiner Kunden sind Alpinisten. Sie nutzen Zellkraft als Vorbereitung auf den Aufstieg in besondere Höhen“ ergänzt Wagener. Statt Urlaub mal eben unter die Atemmaske und dann schnell an den Schreibtisch zurück? Dr. Dirk Wagener geht es bei seiner Arbeit nicht um das Erzielen kurzfristiger Effekte, sondern um spür- und messbare Ergebnisse für seine Kunden. Aus eigener Erfahrung als Manager in der Entwicklung und Vermarktung von Hightech-Produkten der Medizintechnik und Mikrobiologie weiß er, wie wichtig körperliche und mentale Fitness ist, und so bietet der Gesundheitswissenschaftler und passionierte Taucher neben dem Personal Coaching auch sein Know-how im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements an. ■ CF

www.zell-kraft.de
Dienerreihe 4 im Wasserschloss, HafenCity
Tel.: 040-5071 9898



Dr. rer. nat. Dirk Wagener,
Gründer von Zellkraft
(Foto: CF, Composing: MK)