

Reizstrom-Gerät aus Luhden hält Weltmeister fit

Karl-Heinz Rippes „Body-Transformer“ wird stets in Zusammenarbeit mit Universitäten weiterentwickelt

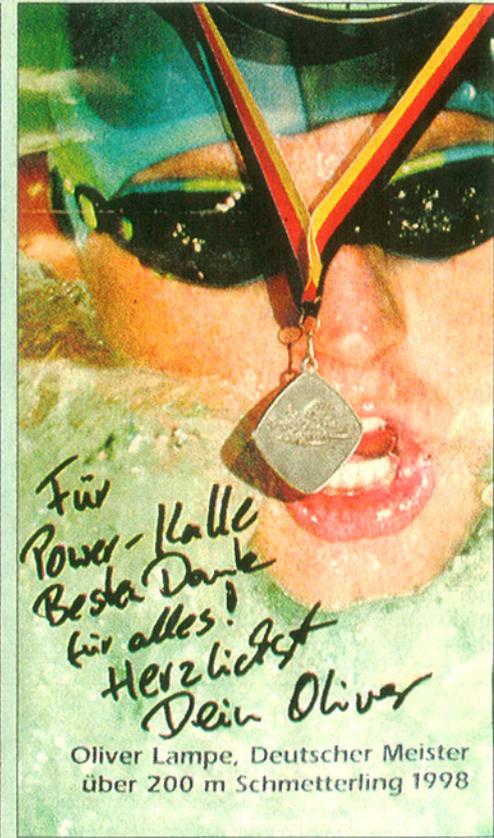
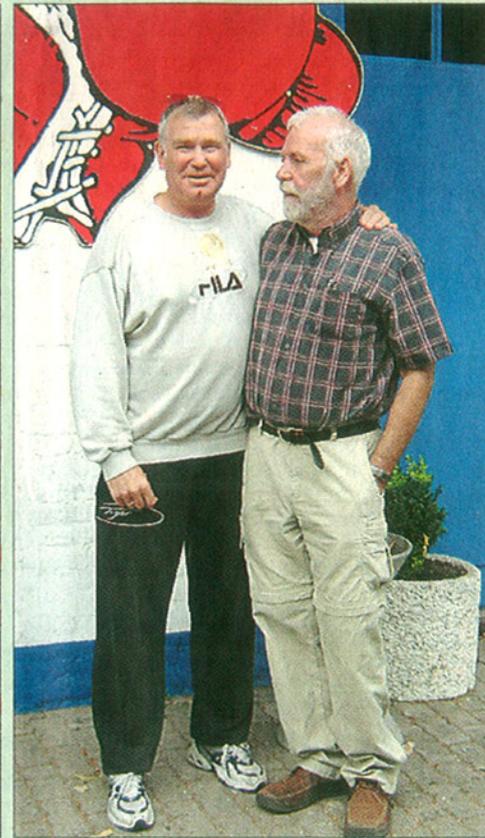
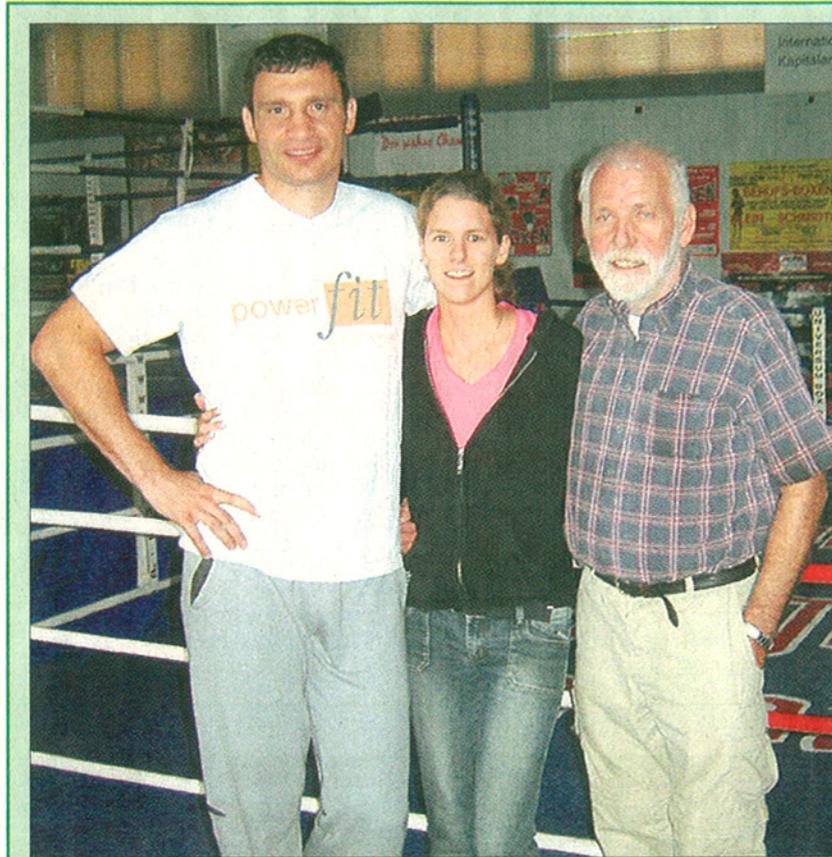
„Entweder wir haben einen gefunden, der was in der Birne hat – oder wir haben es mit einem Verrückten zu tun“, hat Boxtrainer Fritz Sdunek zu Dariusz Michalczewski gesagt. Der „Tiger“ entgegnete: „Wenn das letzte stimmt, hau ich ihm in die Schnauze.“ Eine Episode, die der Luhdener Karl-Heinz Rippe („KHR Wellnesspark“) gern erzählt. Denn sie steht am Beginn einer Freundschaft.

LUHDEN. Um den Ausgang obiger Geschichte, die sich bereits vor Jahren in Eilsen zugetragen hat, nicht zu verschweigen: Schläge hat der heute 62-jährige Rippe damals nicht erhalten. Dafür aber später ein Exemplar der Autobiografie des Boxers, versehen mit einer persönlichen Widmung Michalczewskis. Unter dem Bild eines Paares Boxhandschuhe steht da: „Für Kalle zur herzlichen Erinnerung als Dank für die Hilfe und Unterstützung.“ Unterschrift – „Fritz Sdunek“ und „Tiger“.

Was der Trainer und dessen Boxer damals, als sie den weiten Weg nach Luhden antraten, nicht wussten, wissen auch heute nur wenige: Karl-Heinz Rippe ist Erfinder der „Ganzkörpertherapie (beziehungsweise des Ganzkörpertrainings) mit Reizstrom“. Er hat dafür vor 15 Jahren den „Body-Transformer“ entwickelt – ein Gerät, an dessen permanenter Weiterentwicklung er auch heute noch tüfelt. Dabei arbeitet der Luhdener mit einer Vielzahl von Universitäten zusammen – und die jeweils neuesten Studien in das Konzept mit ein.

„Wenn ihr so schlagt, wie ihr schlagt, verletzt ihr euch selbst“, hat Rippe Schwergewichtlern wie Vitali und Wladimir Klitschko erklärt, die bereits Besucher in Luhden waren. Und – wie der ganze „Universum“-Boxstall – häufig mit Hilfe des „Transformers“ trainieren.

Doch was ist ein „Body-Transformer“ eigentlich? Die jüngste und mittlerweile neunte wissenschaftliche Studie am Institut für Sportwissenschaften der Universität Bayreuth beschreibt ihn so:



Schwört auf den „Body-Transformer“: Vitali Klitschko (Bild links) mit Sandra Franke und Karl-Heinz Rippe. Seine Erfindung hat dem Luhdener auch die Freundschaft von Boxtrainer Fritz Sdunek (Mitte) eingebracht. Und „Tiger“ Oliver Lampe (Bild, rechts). Der Deutsche „Schwimm-Meister“ über 200 Meter Schmetterling, hat „Power-Kalle“ 1998 seine Goldmedaille vermacht. pr. (3)

„Der Body-Transformer ist ein Elektromyo-Stimulationsgerät, das auf ein zeitsparendes und effektives Ganzkörpertraining ermöglicht.“ Dabei werden auf der Kleidung des Trainierenden, die zuvor angefeuchtet wird, mit Hilfe eines Gurtsystems Elektroden angebracht. Durch die Feuchtigkeit fließt der Strom besser. Das Training erfolgt dann im Stand. Kleinste bioelektrische Impulse lassen die Muskeln zucken. Fazit der Bayreuther Sportwissenschaftler: Eine Trainingsdauer von nur 15 Minuten sei optimal für den Kraftzuwachs.

Anders ausgedrückt: Rippes Gerät sorgt dafür, dass die gesamte Muskulatur der Sportler optimal funktioniert. Dass Boxer Bewegungen machen, die sonst unterbleiben würden. Sorgt aber auch dafür, dass sich die Faustkämpfer selbst optimal schützen können. In Intervallen von vier Sekunden kontrahieren Bizeps und Trizeps, Brust und Rücken, Bauch, Beine, Po – einfach alles. Doch der „Body-Transformer“ ist beileibe nicht nur etwas für Sportler: „Selbst Vicky Leandros“, sagte Rippe schmunzelnd, „trainiert ihre Figur damit.“

Und auch beim Kampf gegen die Alltags-Wehwechen von „Normalos“ spielt das Reizstrom-Gerät seine Stärken aus. Die Studie aus Bayreuth belegt: Bei fast 90 Prozent der Probanden, die unter Rückenschmerzen litten, ließen die Schmerzen nach fünf Wochen stark nach. Gleiches Bild bei Menschen mit Harninkontinenz: Das Training am Transformer linderte das Leiden der Probanden nach fünf Wochen. Ein Viertel der Trainierenden erlangte die Kontrolle sogar völlig zurück.

Längst liegen Anfragen für den „Body-Transformer“, an dem bereits in Fitnessstudios in ganz Deutschland geschwitzt wird, auch aus Afrika, Australien, Thailand und fast ganz Europa vor. Rippe ist am Verkauf der Geräte prozentual beteiligt.

Ob Reizstrom auch Nebenwirkungen hat? Diese Frage beantwortet der Bückerburger Szymon Pioskowik, der sich regelmäßig an einen der zehn Transformer anschließt, die in Rippes Wellnesspark stehen, mit einem Lächeln: „Ja, das Training damit macht süchtig.“ tw