

Inhalt



16

**Topthema:
Personalmanagement**



10

Im Interview:

Janina Erens, Expertin für Personalentwicklung



36

**body LIFE Club des Monats:
ACTIVITA Aichach**

BRANCHE

- 6 **Focus Deutschland**
- 8 **Thorsten trifft ... Heiko Burry**
- ▶ 10 **Begeistern statt führen**
Interview mit Janina Erens, Expertin für Personalentwicklung und duale Ausbildung
- ▶ 14 **Bereit für Innovation?**
Innovatives Gesundheitskonzept für Ihr Studio – digital vernetzt

MANAGEMENT

- ▶ 16 **New Hire**
Neue Wege in der Personalgewinnung
- 20 **Gewusst wie!**
Wer sich im Arbeitsrecht auskennt, führt Personal besser

- 24 **Vertrauen ist besser!**
Wie Sie als Führungskraft Selbstmanagement im Team fördern
- 28 **Personal gezielt schulen**
Trainingswissenschaftliche Kenntnisse vs. praktische Erfahrung
- 32 **Einfach unersetzlich!**
Das persönliche Verkaufsgespräch mit potenziellen Mitgliedern
- ▶ 36 **Hohe Qualität und maximale Dienstleistung**
body LIFE Club des Monats: ACTIVITA Aichach

MEDICAL

- ▶ 44 **Darmentzündungen**
Eine gesunde Darmflora schützt
- 48 **Leaky-Gut-Syndrom**
Gestörte Darmbarriere und ihre Folgen



44

**body LIFE Medical:
Darmentzündungen**



32

**Unersetzlich:
Das persönliche Verkaufsgespräch**



58

**Wenn's beim Abschlag schmerzt:
Diagnostik und Therapie von Golferellenbogen**

Fotos: Grispb – stock.adobe.com; lithiumphoto – stock.adobe.com; Clayton D/peopleimages.com – stock.adobe.com

52 Da muss Bewegung rein ...!
Wie der Darm unseren Bewegungsapparat beeinflussen kann

■ TRAINING

- 56 Focus Deutschland**
- 58 Wenn's beim Abschlag schmerzt**
Diagnostik und Therapie von Golferellenbogen
- 62 Mal runterkommen**
Business-Yoga im Rahmen betrieblicher Gesundheitsförderung

■ BUYERS' GUIDE

- 68 Top-Angebote des Monats**
- 70 Einkaufsverzeichnis/Partner**

■ SERVICE

- 3 Editorial**
- 72 Impressum**
- 74 Vorschau**

Titelbild: InBody Deutschland

Fotos: ACTIVITA Aichach; Grispb – stock.adobe.com; Viacheslav Yakobchuk – stock.adobe.com