

Inhalt

24

**Topthema:
Neue Sportstätten**



8

**Gewinnertypen:
body LIFE Awards 2023**



40

**body LIFE Club des Monats:
Gymnasion, Rastatt**



BRANCHE

6 News

▶ 8 **Gewinnertypen**
Verleihung der body LIFE Awards 2023

18 **„Wir bauen die Zukunft ...“**
Interview mit Christian Jäger, Bernhardt-Stefan Müller
und Wolf Harwath

▶ 22 **Ganz persönlich ... Christopher Bell**

MANAGEMENT

▶ 24 **Sport oder Happening?**
Interview mit Anja Kirig, Zukunfts- und Trend-
forscherin mit Schwerpunkt Sport und Freizeitkultur

28 **Konkurrenz oder Chance?**
Meinungen aus der Branche

30 **Die Boulderwelten**
Interview mit Markus Grünebach,
Mitinhaber des größten Boulderbetriebs
in Deutschland

34 **Packen Sie's an!**
10 Dinge, die Sie jetzt tun sollten, um 2024
erfolgreich zu sein

▶ 40 **40 Jahre und kein bisschen verstaubt**
body LIFE Club des Monats: Gymnasion, Rastatt

MEDICAL

▶ 58 **Autoimmunerkrankungen**
Ursachen und Beispiele



58

body LIFE Medical:
Autoimmunerkrankungen



70

Augmented Reality:
Neue Konzepte im Indoor Cycling



74

Stresstests:
Wie lassen sich Kompensationen erkennen?

Fotos: luchschenF – stock.adobe.com; Zwift; H_Ko – stock.adobe.com

60 Autoimmunerkrankungen

... am Beispiel der Schilddrüse

64 Immunsystem im Alarmzustand

Mit gezielter Ernährung gegensteuern

TRAINING

68 News

70 Augmented Reality

Neue digitale Konzepte verändern das Indoor Cycling

74 Stresstests

Wie lassen sich Kompensationen zuverlässig erkennen?

BUYERS' GUIDE

76 Top-Angebote des Monats

78 Einkaufsverzeichnis/Partner

SERVICE

3 Editorial

80 Impressum

82 Vorschau

Titelbild: Marc Niemeyer

Fotos: Gymnasion, Rastatt; LuchschenF – stock.adobe.com; merla – stock.adobe.com