

Ohne Sport zur Wunschfigur?

Anja-Bianca Reimler hat ihren langjährigen Job aufgegeben und sich mit „Abnehmen im Liegen“ selbstständig gemacht. Sie selber habe inzwischen zwölf Kilogramm Gewicht verloren, sagt sie. Doch ohne Umstellung der Ernährung geht es nicht.

Stefanie Dullweber

Hille-Eickhorst. Egal ob Intervallfasten, Atkins, Low Carb, Paleo oder Detox – die Zahl möglicher Diäten ist lang. Die meisten Betroffenen haben bereits mithilfe einer oder mehrerer Methoden versucht, ihr Gewicht zu reduzieren. Vor allem nach der langen Zeit des Lockdowns haben viele Menschen mehr Pfunde auf die Waage gebracht. Dieser Umstand war für eine Eickhorsterin die Gelegenheit, sich beruflich neu zu orientieren.

Anja-Bianca Reimler aus Eickhorst hat die Chance genutzt und im November 2021 den Entschluss gefasst, sich selbstständig zu machen. Die Menschen in der Gegend sind offenbar empfänglich für das Thema Abnehmen, immerhin gab es in Eickhorst bereits einige Jahre ein Studio des US-Diätunternehmens „Weight Watchers“. Doch das ist Geschichte und nicht die Methode, mit der Reimler arbeitet. Über eine Bekannte habe sie erfahren, dass es „Abnehmen im Liegen“ gibt, erzählt sie. „Das habe ich erst mal belächelt, aber auch gedacht: Wenn das funktioniert, bin ich dabei.“ Auch ihr Mann Torsten sei skeptisch gewesen. Er könne sich höchstens vorstellen, dass „Dick werden im Sitzen“ funktioniert, sagte er scherzhaft. Aber trotzdem war das Interesse bei beiden geweckt.

Zu dem Zeitpunkt hatte die gelernte Zahntechnikerin und Bankkauffrau bereits ihren langjährigen Job bei der Volksbank aufgegeben und unterstützte seit 2019 ihren Mann, der im Bereich Unternehmens- und Personalberatung selbstständig ist. 15 Jahre hatte sie zuvor für die Bank gearbeitet. Nach zweieinhalb Jahren gemeinsamer Selbstständigkeit habe sie gemerkt, dass dies für sie eine Alternative ist. „Das Selbstbewusstsein wächst und somit hatte ich keine Angst, mein eigenes Gewerbe zu gründen“, sagt die zweifache Mutter. Im Februar dieses Jahres ist sie dann mit ihrem ersten Studio in den Räumen des Wohnhauses der Familie gestartet. Mittlerweile hat sie einen weiteren Standort in Rahden-Tonnenheide und will bis Mitte 2025 auf acht Studios aufgestockt haben. Ihre Vorbehalte seien schnell ausgeräumt gewesen: „Ich bin mit meinen Herausforderungen gewachsen.“

Warum sie sich letztlich doch mit dem Konzept von „Abnehmen im Liegen“ beschäftigt habe, sei ganz einfach, sagt Anja-Bianca Reimler. „Wer ist schon



Anja-Bianca Reimler (links im Bild) hat im Februar dieses Jahres ihr erstes eigenes Studio in Eickhorst eröffnet. Inzwischen hat sie zwei Mitarbeiterinnen und betreibt einen weiteren Standort in Rahden-Tonnenheide. Foto: privat

mit seiner Figur zufrieden und will nicht abnehmen oder seine Proportionen verändern?“, habe sie sich gefragt und die Antwort sei eindeutig gewesen. Selbst die schlanksten Menschen würden über Problemzonen sprechen oder sich ein strafferes Bindegewebe wünschen. Bevor sie jedoch bereit gewesen sei, eine fünfstellige Summe in die Geräte zu investieren, wollte sie sich vom Erfolg des Programms überzeugen.

Aus diesem Grund wandte sich das Unternehmer-Paar an Dr. Claudia Thiel. Die Internistin und Ernährungsmedizinerin leitet in Saarbrücken ein Ernährungszentrum. Sie hat die Methode selbst ausprobiert und arbeitet inzwischen seit dreieinhalb Jahren damit. Ursprünglich kommt „Abnehmen im Liegen“ aus Österreich. Das Gerät arbeitet mit Reizstrom, Ultraschall und Wärme. Die Medizinerin erklärt es so: Es werden Pads mit Ultraschall bestrichen und auf die Problemzonen gelegt. Der Ultraschall öffnet die Fettzellen, sie werden geleert und die Haut gleichzeitig gestrafft. Dabei

entweichen Gifte und Schadstoffe, die über das Lymphsystem ausgeschieden werden. Der Reizstrom fördert den Muskelaufbau. Der Stoffwechsel ist für 24 Stunden intensiv aktiviert. „Man spürt, dass etwas passiert, aber es ist nicht unangenehm“, sagt Anja-Bianca Reimler aus eigener Erfahrung. Sie habe gleich nach der ersten Behandlung

zwei Ernährungsumstellungen. „Wunder vollbringt das Gerät nicht, wenn man weiterhin viel Fast Food oder Süßigkeiten isst.“ Dann sei der Erfolg schnell vergessen. Allerdings sei das Programm ein guter Einstieg für den Soforteffekt. „Das Gewebe wird straffer und die Hose zwick nicht mehr. Das ist gut für den Kopf und die Motivation.“

Sie empfiehlt den Kunden, vor und nach der Behandlung viel Wasser zu trinken, damit die Schlacken aus dem Körper ausgespült werden können. Das aufgelöste Fett sei nach der Behandlung im Körper als Energie verfügbar und diese wolle verbraucht werden. Deshalb sollte zwei Stunden nach der Behandlung nichts gegessen werden. Wer den Effekt der Fettverbrennung erhalten möchte, sollte außerdem in den folgenden 48 Stunden auf kohlenhydratarme Nahrung achten. „Ganz ohne Diät geht es nicht“, so die Medizinerin.

Anja-Bianca Reimler, die gebürtig aus Lübbecke kommt und seit 2018 in Eickhorst lebt, hat überwiegend weibliche Kundschaft. „Männer machen knapp ein Drittel aus. Aber auch sie er-

zielen gute Erfolge.“ Doch was sagen die Kunden selbst? Anke aus Hille gibt zu, ein bisschen skeptisch gewesen zu sein. Inzwischen habe sie jedoch 57 Zentimeter an Umfang verloren. „Ich hätte nicht gedacht, dass es funktioniert.“ Wie viel Kilo es genau sind, könne sie nicht sagen. „Die Waage und ich sind schon länger keine Freunde mehr.“ Den Effekt merke sie an ihrer Kleidung. „Meine Hosen passen besser.“ Disziplin sei jedoch Teil des Erfolges. Ihr Tipp: „Weniger Kohlenhydrate und viel trinken.“ Sie ist nicht die einzige Kundin, die das berichtet. „Abnehmen im Liegen“ habe einiges in ihrem Leben verändert, sagt Patricia aus Petershagen. Vor allem sei es schnell gegangen. „Ich habe nach den ersten sieben Behandlungen 56 Zentimeter verloren und sechs Kilo weniger gewogen und nach zwölf Behandlungen hatte ich 76 Zentimeter weniger und wog achteinhalb Kilo weniger.“

Auch online finden sich viele positive und nur vereinzelt negative Stimmen. Auf dem Firmenbewertungsportal „Trustpilot“ beispielsweise sind von 74 Bewertungen nur drei negativ. Die stellen den Erfolg der Methode infrage und bemängeln das Preis-Leistungs-Verhältnis. Die Mehrzahl der Kommentare deckt sich mit den zitierten Erlebnisberichten.

Anja-Bianca Reimler jedenfalls ist froh, dass ihr Schritt in die Selbstständigkeit so erfolgreich war und dass ihr Terminkalender gut gefüllt ist. Außerdem habe sie zwei Arbeitsplätze für weitere Mitarbeiter schaffen können. Während ihr Geschäft also nach eigenen Worten „super“ laufe, würde ihr Angebot im lokalen Umfeld eher belächelt. „Das ist schade.“ Gerade in diesen herausfordernden Zeiten möchte sie jedoch anderen Menschen Mut machen, den Schritt in die Selbstständigkeit zu gehen. „Für den wirtschaftlichen Erfolg braucht es natürlich ein schlüssiges und nachhaltiges Konzept.“ Insbesondere ihr Mann habe sie bei diesem wichtigen Schritt unterstützt. Für sie gebe es keinen Grund an ihrer Entscheidung und an ihrem Unternehmen zu zweifeln – im Gegenteil. „Ich würde alles genauso wieder machen“, so die Eickhorsterin.

Die Autorin ist erreichbar unter Telefon (05 71) 882 265 und Stefanie.Dullweber@MT.de

Bis Mitte 2025 will die Eickhorsterin auf acht Standorte aufstocken.

TERMINE

- **Holzhausen:** Heimatverein, Stippgrütze-Essen, Anmeldung bei Rosi Ullrich, Tel. (05 71) 4 21 45, Schmiede und Handwerkskneipe, Minderheider Straße 41, 18 Uhr.
- **Nordhemmern:** Heimatverein, Nachmittagsstreff, Heimathaus „Altes Spritzenhaus“, An der Kapelle 13a, 17 Uhr.
- **Rothenuffeln:** Sportgruppe Seniorenclub, Sitzgymnastik, Seniorenwohngruppen, Veranstaltungssaal, Bökerstraße 25/27, 10.30-11.15 Uhr.

IN KÜRZE

Gemeindebriefe sind fertig

Hille (mt/sbo). Die neuen Gemeindebriefe liegen für die Verteiler im Bereich Hille Dorf in den Fächern im Volkensinghaus ab sofort zur Abholung bereit. Das teilt die Kirchengemeinde mit.

„Wir sehen gewisse Risiken“

Hiller FDP will dem Fracking bei der Erdgasförderung keinen Freibrief erteilen

Hille (mt/coko). Beim Fracking wird tief in die Erde gebohrt und das Ziel ist unter anderem, Erdgas aus den unteren Schichten leichter nach oben zu fördern. In Zeiten der Krise könnte das nach Ansicht vieler Politiker eine gute Möglichkeit sein, Energie zu fördern. Hilles FDP-Vorsitzender ist nicht grundsätzlich gegen diese Methode, will ihr aber im Gemeindegebiet nicht grundsätzlich einen Freibrief erteilen. „Wir sehen gewisse Risiken“, sagt Nikolaus Netzel gegenüber dem MT.

In seiner Partei teilt man diese Skepsis offensichtlich nicht – daher ist die Verwunderung bei der Hiller FDP groß, wie sich der Regionalrat zu diesem Thema äußert. Denn auch im Gemeindegebiet sowie weiten Teilen zwischen Osnabrück und Hannover könnte Fracking nach Expertenmeinung möglich sein. „Dementsprechend auch in Hille“, sagt Nikolaus Netzel.

Medienberichten zufolge gehe der Fraktionsvorsitzende der FDP im Regionalrat davon aus, rechnerisch schon in sechs Monaten mit der Förderung starten zu können. Nach den Unter-

lagen der Bundesanstalt für Geowissenschaften und Rohstoffe befindet sich potenzielles Fördergebiet im Kreisgebiet und in Niedersachsen.

„Natürlich finden wir als Liberale es richtig, Verbote vor dem Hintergrund neuer Gegebenheiten und technischer Möglichkeiten zu prüfen“, sagt der FDP-Ortsvorsitzende. Bei einigen Mitgliedern wecke diese Vorgehensweise aber den Eindruck, dass keine ergebnisoffene Prüfung erfolgen soll, sondern ähnlich wie bei den AKW-Laufzeiten die Entscheidung bereits getroffen sei. Die heimische FDP sei daher über die Vorgehensweise enttäuscht und habe ihren Bundestagsabgeordneten Frank Schäffler um ein Gespräch gebeten.

Die Hiller Liberalen sehen Fracking aber auch wegen lokaler Gegebenheiten kritisch. Sebastian Tausch, Unternehmer und stellvertretender Vorsitzender der Hiller FDP: „Im Wasserbeschaffungsverband Am Wiehen beispielsweise (WBV) gibt es bereits jetzt erhebliche Probleme“. Die Trinkwasserampel stehe regelmäßig auf Gelb und Rot



Die Hiller Liberalen sind beim Thema Fracking skeptisch. Foto: dpa

und es gebe Unstimmigkeiten zwischen Anwohnern und Landwirten, die Grundwasser zur Bewässerung der Felder fördern. Seines Wissens nach benötige Fracking erhebliche Mengen an Wasser. Selbst wenn neue Technologien ohne gefährliche Chemikalien auskommen sollten, stelle sich die Frage, mit welchem Wasser die Förderung erfolgen soll und welche Auswirkungen dies auf die Grundwas-

serversorgung in der Region habe.

Wichtig sei ihnen auch ein realistisches zeitliches Szenario. So zeigen sich die Fraktionsmitglieder überzeugt, dass bei den üblichen Genehmigungsfristen potenzielles Frackinggas wohl nicht die aktuelle Energiekrise abmildern kann. Die Hiller Liberalen regen stattdessen eine Prüfung an, ob und in welchem Umfang Biogasanlagen einspeisen könnten, um die Gasversorgung im Kreis kurzfristig zu unterstützen.

„Wir haben das Gefühl, dass mit zweierlei Maß gemessen wird. Die hohen Energiekosten gefährden unsere Wirtschaft und somit Arbeitsplätze, Steuereinnahmen, Renten- und Gesundheitsversorgung im Hier und Jetzt“, sagt FDP-Politiker Dietmar Böker. Statt die Laufzeiten der AKW zu verlängern, bis sich Energieversorgung und Preise stabilisiert haben, akzeptiere die Bundesregierung die Stilllegung im Frühjahr, habe aber keine Gewissenskonflikte, den Atomstrom aus den Nachbarländern zu beziehen – auch wenn dieser in

Deutschland produziert werden könnte.

Langfristig setzen sich die Hiller Liberalen für eine stabile, preisgünstige und nachhaltige Energieversorgung ein. „Natürlich können wir ergebnisoffen prüfen, ob Fracking in unserer Region sinnvoll ist. Wir sollten uns aber vor allem darauf konzentrieren, langfristig eine nachhaltige Energieversorgung aufzubauen“, sagt Nikolaus Netzel. Darin sehe man in der Region noch großes Potenzial, beispielsweise im Ausbau von Photovoltaik auf Hausdächern, Parkplätzen und Brachen oder auch durch Bürgerwindparks – den Ausbau könnten die Städte und Gemeinden deutlich stärker forcieren.

Da zudem das Erdgasnetz zukünftig für Wasserstoff genutzt werden soll, könnten nach Ansicht der Hiller FDP bereits heute die erforderlichen Maßnahmen beschleunigt werden, um sowohl Transport als auch Erzeugung in der Region zukunftsfähig aufzustellen. „Ein solches Maßnahmenpaket wäre auch für die Wirtschaft ein Signal, nach vorne zu schauen“, so Netzel.