



**Natürlich nachhaltig**

Wir setzen auf natürliche und recyclebare Rohstoffe... Seite 4

---

**Echt starkes Immunsystem**

"Performance Doc" Gerrit Keferstein im Interview... Seite 6

---

**Mit uns bist du gut beraten**

Erlebe geballte Kompetenz mit der digitalen Kundenberatung... Seite 13

06



ARTZT  
vitality



### Natürlich lokal

Ausgewählte Produkte aus der beliebten ARTZT Vintage Series werden komplett in Deutschland produziert. Das verwendete Leder stammt aus einer Gerberei im Limburger Raum - direkt vor der Haustür. So können wir jederzeit sicherstellen, dass der tierische Rohstoff artgerecht gewonnen und verarbeitet wurde.



# No.6

Liebe Kunden, Partner und Freunde von ARTZT,

lange nicht gesehen. Keine Messen, kaum Besuche. Wir haben den Sommer damit verbracht, Werkzeuge zu schaffen, um euch auch weiterhin wertvolles sportwissenschaftliches Know-How anzubieten. Ein Resultat ist die digitale Kundenberatung. Was genau es damit auf sich hat, erfahrt ihr ab Seite 13.

Wir haben wie eh und je den festen Willen, auf regionale Produktion und nachhaltige Materialien zu setzen. Das haben unsere Gesundheit und unsere Umwelt verdient. In dieser Ausgabe zeigen wir euch neue funktionelle Fitness-Tools, die mit natürlichen oder recycelten Ressourcen produziert werden.

Außerdem präsentieren wir euch smarte Neuheiten aus dem Hause Theragun. Und im Experteninterview verrät euch "Performance Doc" Gerrit Keferstein, wie ihr euer Immunsystem mit einfachen Übungen stärken könnt.

Viel Spaß beim Lesen und bleibt gesund!

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Felix Artzt', written in a cursive style.

Euer Felix Artzt

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Philipp Artzt', written in a cursive style.

Euer Philipp Artzt

# Natürlich nachhaltig

ARTZT *Vitality*

## ARTZT setzt auf natürliche und recycelbare Rohstoffe

Holz und Leder sind tolle Materialien. Sie sind vielseitig, beständig, angenehm in der Haptik und absolut natürlich. Also ideal für Fitness-Tools, die etwas aushalten müssen und gleichzeitig frei von künstlichen Zusatzstoffen sein sollen. Mit unseren neuen Fitness-Tools aus Holz und Leder setzen wir auf deutsche Produktion in lokalen Handwerksbetrieben. So kannst du nachhaltig etwas für deine Gesundheit und die Umwelt tun.



**ARTZT vitality TriggerHolz, RundHolz, DuoHolz und FaszienHolz**

Mit dem ARTZT vitality TriggerHolz und dem TriggerHolz PLUS kannst du schmerzende Triggerpunkte punktgenau behandeln. Außerdem gibt's klassische Faszien-Tools wie das RundHolz, das DuoHolz sowie das FaszienHolz als normale und als MINI-Variante. Die komplette Serie wird in Deutschland aus deutschem Buchenholz gefertigt und mit natürlicher Politur oberflächenbehandelt.

Mehr Infos online unter [↪ artzt.eu/artzt-vitality](https://arzt.eu/artzt-vitality)



**TriggerHolz / TriggerHolz PLUS**  
Maße: 7,5 x 7 cm  
UVP: 29,95 €



**RundHolz / DuoHolz**  
Durchmesser: je 8 cm  
UVP: ab 29,95 €



**FaszienHolz / FaszienHolz MINI**  
Maße: 27 x 10 cm / 18 x 5,5 cm  
UVP: ab 29,95 €

**ARTZT Vintage Series Sprungkasten PLUS, Bock und Pferd**

Die beliebte ARTZT Vintage Series bekommt Zuwachs: Wenn du noch stylische Sitzgelegenheiten für deine Einrichtung oder dein Wohnzimmer suchst, wirst du mit den neuen Interieur-Produkten fündig. Sprungkasten PLUS, Bock und Pferd eignen sich nicht nur für Geräteturnen, sondern sind gleichzeitig stylische Sitzmöbel.



Und im aufklappbaren Sprungkasten kannst du außerdem noch deine funktionellen Kleingeräte verstauen. Holz und Leder stammen aus lokalen Betrieben und werden wie all unsere Vintage-Produkte von Hand veredelt.

Mehr Infos ab sofort online unter [↪ artzt.eu/vintage](https://arzt.eu/vintage)



**Bock**  
Maße: 85 x 35 x 45 cm  
UVP: 1399,00 €

**Pferd**  
Maße: 165 x 35 x 45 cm  
UVP: 1599,00 €

**Sprungkasten PLUS**  
Maße: 70 x 50 x 40 cm  
UVP: 674,00 €



**Turnmatte**  
Maße: 149 x 62 x 4,5 cm  
UVP: 289,00 €



## Echt starkes Immunsystem

Wie regelmäßige Belastung unsere Abwehrkräfte stärken kann und warum wir unseren Körper nicht als Maschine begreifen sollten. Ein Gespräch mit "Performance Doc" Gerrit Keferstein.



Gerrit Keferstein, Medical Doctor und Performance Consultant, begann bereits während seiner aktiven Leistungssportzeit mit dem Coaching von Athleten. Bei der Arbeit mit Profisportlern liegt sein Fokus auf der Anpassung und Regeneration sowie der Optimierung des Trainingsprozesses. Dabei legt er besonderen Wert auf die Optimierung der Stressbelastung, der Biochemie und der hormonellen Reaktion auf das Training. Gerrit ist Medizinischer Direktor des MOJO Instituts für Regenerationsmedizin.

### **Gerrit, du bist Gründer des MOJO Instituts für Regenerationsmedizin. Wie unterscheidet sich diese von der klassischen Medizin?**

Der große Unterschied zur weit verbreiteten Akutmedizin ist, dass man auf den menschlichen Körper mehr aus der Sicht eines Biologen schaut, statt eines Mechanikers. Organische Systeme und mechanische Systeme sind fundamental unterschiedlich im Umgang mit Stress. Ein mechanisches System wie ein Auto wird durch Stress immer schlechter. Jeder gefahrene Kilometer führt zu einer Degeneration. Wir Menschen hingegen können unseren Körper und

unseren Geist durch regelmäßiges Training immer weiter verbessern. Menschen können durch Stress besser werden, weil sie eine Fähigkeit haben, die kein mechanisches System der Welt hat: Sie können sich anpassen.

### **Anpassungsfähigkeit ist somit der Knackpunkt?**

Richtig. Diagnostik, Management und Optimierung von Anpassungsfähigkeit sind das zentrale Thema der Regenerationsmedizin und absolut entscheidend für die Behandlung chronischer Erkrankungen und die Optimierung von Leistungsfähigkeit. Anpas-

sungsfähigkeit hat einige biologische Fundamente. Dazu gehört u.a. das Immunsystem als zentrales Anpassungsorgan und die Mitochondrien als wichtigster Energielieferant. Das Immunsystem und die Mitochondrien sind über den ganzen Körper verteilt. Deshalb ist auch ein ganzheitlicher, systemischer Ansatz notwendig, um die Anpassungsfähigkeit zu verbessern.

**Dein Institut verfolgt den ganzheitlichen Ansatz über die Kernbereiche Medicine, Motion, Food und Mind. Welchen Einfluss haben die Bereiche Body und Mind auf das Immunsystem?**

Belastung ist absolut lebensnotwendig. Das Immunsystem will gefordert werden. Gehen oder Laufen wir beispielsweise barfuß in der Natur, hat das gleich mehrere positive Effekte. Der unmittelbare Hautkontakt mit dem Boden führt dazu, dass unser Immunsystem mit Millionen von Keimen und Mikroorganismen konfrontiert ist. Daran muss es sich anpassen. Dieser Kontakt neutralisiert zudem elektrische Spannungspotentiale, die sich im Körper angestaut haben. Das nennt sich „Grounding“ und hat Einflüsse auf unsere Zellen und unser Immunsystem.

**Also raus in die Natur, entspannen, aber auch belasten. Wie sieht es mit Krafttraining aus?**

Intervalltraining und Krafttraining sind akute Stressreize für das Immunsystem. Die Muskeln schütten bei intensiver Belastung sogenannte Myokine aus. Diese wirken immunmodulatorisch, indem sie chronische Entzündungsprozesse reduzieren und die Immunabwehr stärken. Hierbei nimmt das Myokin Interleukin-6 (IL-6) eine Schlüsselposition ein. Bei bewegungsarmen Menschen zeigen sich chronisch hohe IL-6 Werte. Kurzfristige, akute Stressreize und IL-6-Spitzenwerte führen zu einer positiven Anpassung, während langfristig erhöhte IL-6-Werte durch Inaktivität mit entzündlichen Erkrankungen einhergehen. Wenn man also das Immunsystem stärken möchte, sollte man akute Stressreize wie Laufen, Schwimmen, Radfahren oder funktionelle Kraftübungen wie Kreuzheben, Lunges und Kniebeugen in seinen Trainingsplan einbauen.

**Welche Rolle spielt das Nervensystem in Hinblick auf Gesundheit?**

Ein anpassungsfähiges Nervensystem ist absolut entscheidend in vielerlei Hinsicht. Im Training arbeiten wir mit einigen neurologischen Kleingeräten, um das Nervensystem zu modifizieren. Hierbei nutzen wir vor allem Farbbrillen. Jede Farbe hat eine andere Wellenlänge. Unser Gehirn verarbeitet diese und verknüpft sie mit unseren Erfahrungen. So wirkt Rot bei den meisten Menschen anregend, wohingegen Blau eher entspannend wirkt. Diesen Effekt machen wir uns in der aktiven Therapie beispielsweise zur Beweglichkeitsverbesserung zunutze.



“Menschen können durch Stress besser werden, weil sie eine Fähigkeit haben, die kein mechanisches System der Welt hat: Sie können sich anpassen.”

Das vollständige Interview mit dem gesamten Team des MOJO Instituts findest du online unter [arztz.eu/regenerationssport](https://arztz.eu/regenerationssport)

# Die neue Gymnastikmatte für alle Bedürfnisse

ARTZT *vitality*

## Hier kommt dein Trainingspartner für Fitness, Pilates, Yoga und mehr

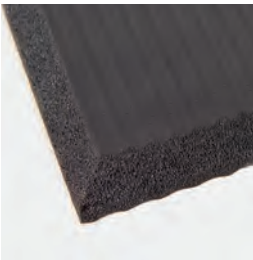
Du suchst noch eine Gymnastikmatte, die sich deinen Bedürfnissen anpasst? Die sich leicht reinigen und desinfizieren lässt? Und die nach dem Aufrollen endlich flach auf dem Boden liegen bleibt? Dann ist die neue Gymnastikmatte von ARTZT vitality genau richtig für dich! Egal, ob du dich für die Standard-Variante oder die extra-dicke Gymnastikmatte PLUS entscheidest - von Yoga bis Intensiv-Workout findest du hier garantiert deinen richtigen Trainingspartner.

Die spezielle Anti-Rutsch-Formel verhindert ein Verrutschen der Matten - selbst bei intensiven Workouts! Die abgeflachten Kanten passen sich dabei perfekt an den Untergrund an und verringern so die Stolpergefahr.

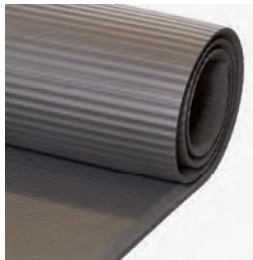
Die PLUS-Variante besteht außerdem aus einem patentierten Gel-Schaumstoff, der ein Eindringen von Feuchtigkeit verhindert. So haben Bakterien und Keime nur wenig Chancen! Leicht reinigen und desinfizieren lassen sich beide Modelle.

Die neue ARTZT vitality Gymnastikmatte und die Gymnastikmatte PLUS gibt's jeweils wahlweise ohne Ösen oder mit Ösen zur platzsparenden Aufhängung.

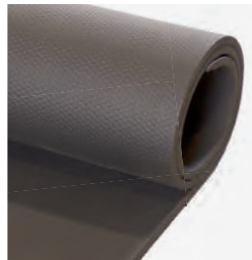
Mehr ab Ende 2020 online unter [arzt.eu/artzt-vitality](https://arzt.eu/artzt-vitality)



Abgeflachte Kanten passen sich perfekt dem Untergrund an.



**Gymnastikmatte**  
Maße: 180 x 60 x 1 cm  
UVP: 49,95 €



**Gymnastikmatte PLUS**  
Maße: 180 x 60 x 1,2 cm  
UVP: 89,95 €





# Pfundige Tools in Vintage-Optik



## Mit den neuen Fitness Bags und Wall Balls kommt mehr schweres Gerät in die ARTZT Vintage Series

Mit den neuen Fitness Bags und den Wall Balls aus der ARTZT Vintage Series bekommst du ordentlich was zu tun. Diese Tools sind perfekt für Kraftübungen, die dich so richtig ins Schwitzen bringen! Beide sind natürlich auch mit dickem Rindsleder ummantelt, das hier bei uns im Westerwald handveredelt wurde. So sind auch Übungen wie Reißen, Schwingen und Heben kein Problem.

Die Schwergewichte gibt's ab Herbst in 5, 10, und 15 kg und die Fitness Bag sogar noch mal in extra-schweren 20 kg Gewicht. Eine tolle Alternative zum Training mit klassischen Hanteln! Alle Infos demnächst online unter [artzt.eu/artzt-vitality](https://www.artzt.eu/artzt-vitality)



## Präsentiere dich von deiner besten Seite



### Entdecke die neuen Thekendisplays für dein TheraBand-Sortiment

Das Auge ist unser wichtigstes Sinnesorgan. Eine attraktive Präsentation deiner Produkte kann so beim Kunden über Kauf oder Nicht-Kauf entscheiden. Deshalb habe ich mir etwas besonderes für dich ausgedacht: Mit den neuen TheraBand-Thekendisplays kannst du nun sämtliche Stärken des weltbekannten Fitnessbandes attraktiv und verkaufsfördernd präsentieren. Auf den ersten Blick erfahren deine Kunden alles Wichtige über das Produkt. Und je nachdem, welche Zielgruppe du ansprechen möchtest, kannst du das Top-Schild im Handumdrehen austauschen.



Du willst das Beste aus deiner Produktpräsentation herausholen? Ich helfe dir dabei! Bei Fragen und Bestellwünschen wende dich gerne direkt an mich unter [✉ david@artzt.eu](mailto:david@artzt.eu)





## Die richtige Theragun für dich **THERAGUN**

Die neue Generation des beliebten Therapie- und Massage-Tools besteht durch längere Akkulaufzeit, geringere Lautstärke sowie intuitive App-Anbindung.

Seit diesem Jahr ist die nunmehr vierte Generation der Theragun erhältlich. Um wirklich jedem Bedürfnis gerecht zu werden, besteht diese Produktlinie aus gleich vier Modellen: PRO, ELITE, PRIME sowie der ganz neuen Theragun mini.

Neu hinzugekommen ist bei der aktuellen Produktlinie die Möglichkeit, die Premiummodelle PRO und ELITE mit der offiziellen Therabody-App zu koppeln. Einmal via Bluetooth mit deinem Smartphone verbunden, kannst du vorinstallierte oder eigene Behandlungsprogramme auf deine Theragun übertragen.

Auch bei der Betriebslautstärke hat der Hersteller nachgebessert und die Motoren mit der neuen QuietForce-Technologie ausgestattet. Der brandneue, eigens entwickelte bürstenlose Motor der neuen Theragun-Generation arbeitet ohne die ansonsten bei Elektromotoren gängigen Schleifkontakte. Dies sorgt für die angenehm leise Betriebslautstärke der neuen Theraguns, ohne dabei Kraft, Geschwindigkeit oder Leistung der Geräte einzubüßen.

Alle neuen Theraguns im Detail findest du online unter [↪ arzt.eu/theragun](https://arzt.eu/theragun)



**PRIME**  
UVP: 299,00 €



**ELITE**  
UVP: 399,00 €



**mini**  
UVP: 199,00 €



**Wave Roller**  
UVP: 149,00 €



**PRO**  
UVP: 599,00 €

# Fit im Kopf für Fußball und Co.

## Neuroathletik wird in Mannschaftssportarten mehr und mehr zur unverzichtbaren Ergänzung zum regulären Training

Schnüre mit Holzkugeln, farbige Brillen, Mundstücke wie von einer Tauchausrüstung: Was für Viele zunächst eigenartig erscheinen mag, hat mittlerweile vielen Sportler aus Fußball, Leichtathletik, Laufen und sogar E-Sport dabei geholfen, ihre Leistung signifikant zu optimieren.

Wie das? Neurotraining kann dabei helfen, das Gehirn und seine bewegungssteuernde Funktion besser mit dem Körper zu vernetzen. Spezielle Übungen mit besonderen Tools trainieren das Gehirn darauf, sensorische Informationen von Auge, Gleichgewicht und Körper korrekt zu verarbeiten und so die Leistung im Sport zu optimieren. Die neuesten Tools hierfür zeigen wir dir hier.

Alle Neuro-Tools findest du online unter [↪ artzt.eu/neuroathletik](https://www.artzt.eu/neuroathletik)



Senaptec Strobe Strobobrille  
UVP: 449,00 €



Expand-A-Lung  
UVP: 53,95 €



ARTZT vitality  
Diskriminations-Tool  
UVP: 19,95 €



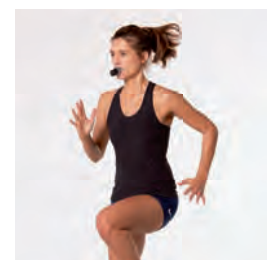
ARTZT vitality Sehtafeln  
UVP: 19,95 €



## Wir bringen Neuroathletik zu dir

**Du suchst nach einer Neuroschulung in Deutschland?  
Wir schulen dich und dein Team ganz individuell. Wo? Bei dir.**

Neuroathletik-Kurse sind in Deutschland aktuell noch vergleichsweise rar gesät. Deshalb bieten wir ab sofort Inhouse-Schulungen in deiner Einrichtung an. Wir kommen bis zu zwei Tage zu dir und nehmen dich und dein Team mit auf eine verblüffende Reise durch das Gehirn. Lerne, wie du über verbesserten Input an das Gehirn Therapie- und Training erfolgreicher gestalten kannst.



Alle Infos findest du online unter [↪ artzt.eu/inhouse-neuroathletik](https://www.artzt.eu/inhouse-neuroathletik)



# Das ARTZT Symposium 2021 wird ein Sommer-Festival



Lieber Leser,

wir haben lange überlegt, wie wir das ARTZT Symposium unter den gegebenen Umständen am besten realisieren können. Als Live-Veranstaltung mit weniger Teilnehmern und unter Einhaltung der aktuellen Hygieneauflagen? Oder doch vielleicht eine komplett digitale Veranstaltung mit Live-Streams direkt in dein Wohnzimmer? Doch etwas würde immer fehlen.

Was das ARTZT Symposium so einzigartig macht, ist seit jeher der rege Austausch in familiärer Atmosphäre. Die Möglichkeit, dich bei einem gesunden Snack mit Kollegen und Experten verschiedener Disziplinen auszutauschen und miteinander zu diskutieren, zu debattieren und zu fachsimpeln, wollten wir dir einfach nicht nehmen. Deshalb erschien uns die einzig sinnvolle Maßnahme zu sein, das Symposium zu verschieben.

Das ARTZT Symposium 2021 wird deshalb vom **09. - 11.07.2021** auf Schloss Montabaur stattfinden, passend zum 40. Firmenjubiläum. Lass uns gemeinsam ein ganz besonderes Symposium genießen: bei Sommerwetter und vielleicht sogar ohne Maske. Wir freuen uns auf dich!

Bis dahin!  
Deine Astrid

Alle Updates und weitere Infos findest du online unter [artzt.eu/symposium](https://artzt.eu/symposium)

## 7. ARTZT SYMPOSIUM

STÖRANFÄLLIGE SCHLÜSSELREGIONEN

ERKENNEN UND BEHANDELN

EVIDENZ TRIFFT PRAXIS



# Mit uns bist du gut beraten

## Erlebe geballte Beratungskompetenz mit unserem neuen Expertenservice

Du hast besondere Fragen? Wir haben die Antworten! Wenn du Hilfe bei der richtigen Anwendung deines funktionellen Fitness-Tools benötigst oder einen neuen Trainingsraum für deine Sport- oder Therapieeinrichtung planst, findest du hier den richtigen Experten, der dich persönlich im Video-Chat berät.

Hier erwarten dich Sport- und Gesundheitswissenschaftler, Branchen-Profis, Trainer und ein ARTZT, die sich die Zeit nehmen, dir genau das Know-how mitzugeben, was du brauchst. Erlebe geballte Beratungskompetenz von Leuten, die wissen, wovon sie reden.

Du hast spezielle Fragen rund um dein funktionelles Fitness-Tool? Dann hol dir das Fachwissen direkt von einem unserer speziell geschulten Experten.

Vereinbare jetzt einen Termin unter

[artzt.eu/kundenberatung](https://artzt.eu/kundenberatung)



## Zwei neue starke Ansprechpartner sind ab jetzt für dich da



**Julika Müller** verstärkt seit Anfang des Jahres das Team Marketing. Als gelernte Mediengestalterin ist sie bei der Erstellung stilvoller Printmedien ebenso kompetent wie bei der Organisation sämtlicher Messen und Veranstaltungen von uns sowie unserer Partner.

Bei Fragen zu Kooperationen oder Veranstaltungen erreichst du Julika direkt unter [✉ julika@artzt.eu](mailto:julika@artzt.eu)



**Jason Titzer** ist seit Juni der neue Mann in der Kundenberatung. Hier berät er dich mit seiner freundlichen Art und gewohntem Sachverstand. Und was er nicht weiß, findet er für dich heraus. Du hast eine Frage zu deiner Bestellung oder zu einem Produkt? Jason hilft dir weiter.

Bei Fragen zu deiner Bestellung erreichst du Jason direkt unter [✉ jason@artzt.eu](mailto:jason@artzt.eu)



# Entdecke die WONDERWALL live

# WONDERWALL

**Komm zur Beratung, bleib zum Essen: Bei uns im Westerwald kannst du ab sofort die WONDERWALL live erleben**

Ein großes Investment will gut überlegt sein. Da ist es gut, wenn man vorher die Möglichkeit erhält, das Objekt der Begierde live zu betrachten und testen zu können. Deshalb bieten wir dir ein Einkaufserlebnis der besonderen Art: Komm zu uns in den schönen Westerwald und lerne in familiärer Atmosphäre die Vorzüge unserer einzigartigen Trainingsraumkonzepte kennen.

Hier zeigen wir dir die Vielseitigkeit der WONDERWALL und die Möglichkeiten, wie du deine Einrichtung mit den richtigen Fitness-Tools ausrüsten kannst. Jeden Trainingsraum planen und gestalten wir mit dir gemeinsam nach deinen Wünschen und Anforderungen. Die aktuellen Hygienevorschriften werden selbstverständlich die ganze Zeit über eingehalten.

Unser Shuttle-Service bringt dich von Bahnhof oder Flughafen zu uns. Du musst dich um nichts weiter kümmern. Und für dein leibliches Wohl ist natürlich auch gesorgt.

Du willst einen Termin vereinbaren? Dann schreibe uns eine E-Mail an [✉ info@arztz.eu](mailto:info@arztz.eu)



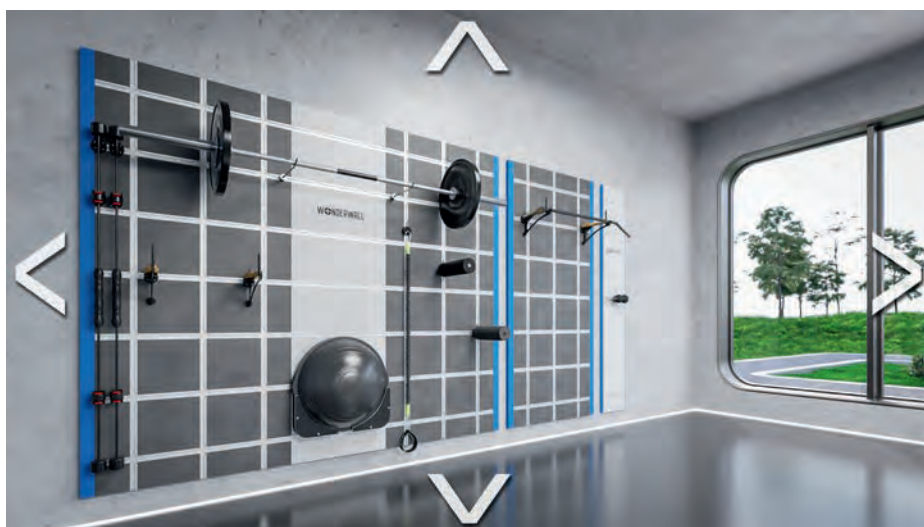


## Ersteindruck gefällig? Besuche unseren virtuellen Showroom

Du denkst darüber nach, deinen Trainingsraum neu einzurichten, bist dir aber noch sicher, wie er aussehen soll? Dann besuche doch mal unseren virtuellen Showroom.

An vier Stationen kannst du hier unser innovatives Trainingsraumkonzept ARTZT PT Room sowie die WONDERWALL mitsamt passendem Equipment virtuell erkunden. Es erwarten dich vier verschiedene Trainingsbereiche, die die endlosen Möglichkeiten präsentieren.

Den virtuellen Showroom findest du online unter [↪ artztz.eu/showroom](https://arztz.eu/showroom)

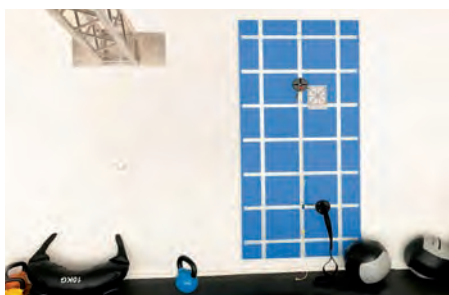


## Zeigt her eure Räume

### Immer mehr Einrichtungen setzen auf unsere innovativen Konzepte

Die WONDERWALL ist mittlerweile in Studios und Gesundheitszentren in der ganzen Bundesrepublik zu finden. Ein paar der modernsten und innovativsten Räume, die wir ausgestattet haben, stellen wir dir hier vor:

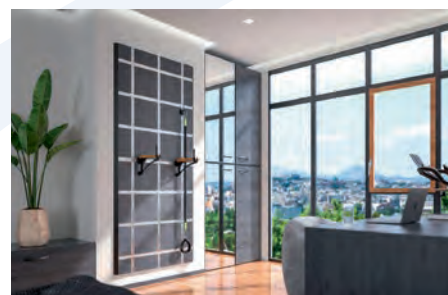
**Intelligent Personal Training Andreas Königs**  
Bornheim



**Physiotherapie und Gesundheitsstudio aktiv**  
Eichstätt



**Hotelkompetenzzentrum**  
Oberschleißheim





Doch lieber online?  
Die E-Paper-Version des A-Papers findest du unter:  
[artzt.eu/a-paper](https://artzt.eu/a-paper)

