

Nunzio Esposito und Kempinski: Pakete für Körper und Geist

Falkenstein (el) – Eigentlich ist er der Inbegriff eines Personal-Trainers – seinen Kunden schneidert er speziell auf sie ausgerichtete Trainingspläne auf dem Leib, macht sie fit für den Alltag und seine Belastungen. Doch der Anspruch von Nunzio Esposito geht weit darüber hinaus. Er lässt nicht nur den Bauchumfang seiner Klienten schrumpfen, sondern auch ihre Probleme und Sorgen. Das merkt man spätestens, wenn man sich mal länger mit dem gestählten Fitnessexperten unterhält. „Ich entwickle Lebenspläne und keine Trainingspläne“, sagt er und lässt dabei keinen Zweifel aufkommen, dass er den Ansatz verfolgt, etwas am Denkmuster seiner Klienten zu verändern. Hier beginnt seine Arbeit. Und dabei hat er es in den meisten Fällen durchaus mit erfolgsverwöhnten Menschen zu tun, die aber etwas Wesentliches vergessen haben: Sie wissen zwar, wie sie das viele Geld ausgeben können, um sich den Status zu verschaffen, den sie verdienen, dennoch können sie sich eines nicht kaufen: Das Gefühl, sich am Leben erfreuen zu können auf ganz einfache Art und Weise. „Viele Menschen wissen heute nicht mehr, was Leben heißt“, weiß der Lebenscoach. „Lohn sind die Beschwerden programmiert, wie Burnout und Stress.“ Ein klares Bewusstsein für die Problematik zu schaffen und das in Verbindung mit Körpertraining – vor allem auch im freien Gelände, um in Berührung mit der Natur zu kommen – damit beginnt der von Nunzio Esposito eingeleitete Prozess der Veränderung, den allerdings nur jene erfolgreich durchwandern werden, die sich auf diese Arbeit einlassen. Dabei geht es dem Trainer auch nicht darum, seinen Klienten genau sagen zu können, in so und so viel Tagen, Wochen und Monaten ist das Ziel erreicht. Es wird ganz ohne Zeitvorgaben gearbeitet; der Wille, etwas verändern zu wollen, steht am Anfang. Ein wichtiges Kriterium im Zuge der Arbeit: „Die Menschen müssen sich mir öffnen können“, sagt der Coach, der bereits seit längerem in den Diensten des Fünf-Sterne-Superior-Hotels Kempinski Falkenstein bzw. des dazugehörigen Ascara Wellness Centers steht und Hotelgäste körperlich auf ihr anstrengendes Pensum im Berufsalltag vorbereitet. Dabei begibt sich der Motivator gerne ins Freie, zurück zu den Ursprüngen.

Eine kleine Runde im Park zieht er oftmals dem Gerätetraining vor. Ebenso wichtig: Mit dem eigenen Körpergewicht zu arbeiten. Im Kempinski hat die Management-Etage erkannt, welches Potenzial man mit Nunzio Esposito noch ausschöpfen kann und welche Ressourcen man zu Gunsten der Gäste anzapfen könnte, um ein interessantes Angebot zu schaffen.

Nunzio hat seine spezielle Arbeitsmethode, die sowohl körperliche als auch mentale Module beinhaltet, „Underground Coaching“ genannt – auch deshalb, weil es im Zuge der Auseinandersetzung mit sich selbst im Kern darum geht, sich mit seiner „dunklen Seite“ zu konfrontieren, sich seinen Schwächen

zu stellen, aber auch auf seine Wünsche zu hören. Einer, der sich erfolgreich in die Hände von Esposito begeben hat, ist der Sänger der Gruppe „Ala“, Merton Harket. Mit ihm arbeitet der Mental- und Fitnessexperte bereits seit acht Jahren. Und auch in die Dienste einer Abnehm-Show eines TV-Senders hat sich der Fitness-Fachmann bereits gestellt. Erkennen was seine Klienten brauchen, einfach auch mal den Mut haben, neue Wege zu gehen, sich freimachen können von dem Gedanken, dass etwas zu besitzen der Schlüssel zum Glück sei...alles Elemente, die Esposito aufgreift und in seinen Plan einarbeitet. Er wolle die Menschen wieder dahin lenken, dass sie erkennen, sie haben ihr Schicksal selbst in der Hand.

Im Spa-Bereich blicke man bereits auf eine lange erfolgreiche Zusammenarbeit mit Nunzio Esposito zurück, so Hoteldirektor Henning Reichel, der jetzt in einem weiteren Schritt die professionelle Zusammenarbeit, die auf authentischer und ehrlicher Basis erfolge, mit dem Trainer noch weiter intensivieren möchte. Die Idee: Für die Hotelgäste, die das Exklusive suchen und hier auch bekommen, sollen One-to-one-Packages mit Esposito geschnürt werden. Am Anfang steht der Gedanke: „Ich habe ein Problem und bin bereit, es zu lösen.“ Wichtig für den Hoteldirektor und seinen Marketing-Fachmann Lars Leyendecker: das neue Angebot muss erst mal kommuniziert werden. Dieses Angebot müsse auch hervorragend zur Philosophie des Hauses, so Reichel, da man sich das starke Individuelle besonders auf die Fahnen geschrieben habe. Reichel sieht das neue Produkt, das es weiter zu entwickeln und zu definieren gilt, als Bereicherung für das Angebot im Ascara-Spa, das erfolgreich von Renate Brandl geleitet wird, die das neue Angebot ebenfalls unterstützen wird.



Kempinski-Direktor Henning Reichel (v. li.), Ascara-Leiterin Renate Brandl und Personal-Trainer Nunzio Esposito arbeiten an einem neuen Konzept für die Hotelgäste, das auf sehr individuellem Wege eine Möglichkeit bietet, Alltagsstress die Stirn