

FITNESS SOCIETY

Das Lifestyle-Magazin für Fitness- und Gesundheitsmacher



FAST & GLORIOUS

Erfolgscoach Edy Paul

Swiss made

Edy Paul hat viele Talente und Kontakte. Er hat Kieser Training mit aufgebaut, eine eigene Studiokette geführt und ist gefragter Coach. Verlässliche Konstante des umtriebigen Strippenziehers: die Liebe zu seiner Heimatstadt Zürich

Text: Ben Arnold, Fotos: Alexander Stertzik

71

Jahre zählt Edy Paul inzwischen. Ist aber fitter als die meisten 50-Jährigen

Von der berühmten Quaibrücke aus hat man den besten Blick auf die Altstadt – respektive auf den Zürichsee, wenn man sich umdreht. Beim Fototermin war es sonnig, aber bitterkalt

Wir haben ein strammes Programm vor uns an einem stellenweise sonnigen Frühlingstag in Zürich. **Edy Paul** sammelt uns deshalb in aller Frühe mit seinem Auto an unserem Hotel ein. Weil Edy Paul seit Urzeiten in der Branche ist, hat er deutlich mehr zu zeigen und vorzuweisen, als vergleichbare Unternehmer, die möglicherweise nicht ärmer an Geld, aber deutlich ärmer an Erfahrungen und Erlebnissen sind – und an elementaren Lebensstationen. Wir wollen Edy Pauls Weg seit 1967 nachvollziehen: Angefangen als rechte Hand von **Werner Kieser**, über seine erfolgreiche Betreiber-Karriere bis hin zur prosperierenden Unternehmensberatung und seinem aktuellen Wirken als beliebter und erfolgreicher Online-Coach, der über Aufbau und Führung eines erfolgreichen Business' so viel weiß, wie nur wenige andere. Unser Tag beginnt mit einem Besuch in der **Kieser Training**-Zentrale mitten in Zürich, bei dem Unternehmen, wo alles begann.



Zu Werner Kieser hatte Edy Paul eine sehr enge Verbindung, versteht sich aber auch mit dem aktuellen Kieser-CEO Michael Antonopoulos blendend, der den Erfahrungsschatz des Routiniers zu schätzen weiß

Wir haben gerade mit Kieser-CEO Michael Antonopoulos geplaudert. Du bist hier offensichtlich hoch angesehen!?
Edy Paul (71): Direkt im Gründungsjahr 1967 bin ich bei Kieser eingestiegen, der 2021 verstorbene Werner Kieser war bis zuletzt einer meiner besten Freunde. Die Zeit mit ihm, der Aufbau einer großen Marke mit einem kleinen Team, hat mich geprägt. Zu seiner Frau **Dr. Gabriela Kieser** habe ich immer noch einen super Draht und auch zu seinem Nach-

folger **Michael Antonopoulos**. Es ist wunderbar, dass diese Nachfolgeregelung funktioniert hat, der Übergang war nicht einfach. Aber die Marke ist so kraftvoll und selbstbewusst, ich bin bis heute Fan des einzigartigen Konzepts, der Komplexität des Trainings, der unkaputtbaren Geräte und der Konzentration auf Krafttraining und Biomechanik, aufgeladen mit Know-how der besten Ärzte und Physiotherapeuten. 40 Minuten dauert ein Training bei Kieser, viel kürzer als in einem normalen Studio. Maximaler Minimalismus führt zu maximalem Durchlauf, diese Reduktion ist übertragbar auf Management im Allgemeinen. Vor Werners Lebenswerk ziehe ich den Hut, auch wenn er und ich oft unterschiedlicher Meinung waren, er war ein starker und streitbarer Charakter.

Was war die größte Differenz?

Werner war ein Fan des deutschen Rationalisierungsfachmanns **Gustav Großmann** und dessen System der Selbstverwirklichung und Leistungssteigerung. In einem Club hat mal ein Mitarbeiter einen Blumentopf auf die Theke gestellt, der landete direkt im Müll. Ich hingegen hatte eine Vision von einer ganzheitlichen Fitnessanlage für die ganze Familie, mit vielfältigen Angeboten, bis hin zur Kinderbetreuung.

Diesen Traum hast du dann im Anschluss verwirklicht.

Ja, genau, mit dem **TC Training Center** in Dietikon. Das verfügte 1984 über viele Elemente, die auch heute noch zeitge-

mäß sind. Verschiebbare Umkleiden, variabel in der Größe, oder zeitlose Möbel von **USM Haller**. Wir hatten Geräte für Zirkeltraining und Fernseher für Entertainment. Geworben haben wir nicht mit Models, sondern mit echten Mitgliedern. Davon hatten wir 2500 – bei 500 Quadratmetern Fläche. Das Konzept hat auch andere interessiert. 1986 sollte ich es öffentlich vorstellen bei Bodylife in Karlsruhe, vor 1200 Zuhörern. Ich habe dort einfach meine Bilanz auf den Overhead-Projektor gelegt. Alle waren fassungslos. Im Anschluss wurde mein Club zum Wallfahrtsort, teilweise kamen 25 Leute am Tag, damit fing die Beratung an. Mit meinem Geschäftspartner **Henrik Gockel** hatte ich zu Hochzeiten 80 TC-Anlagen im deutschsprachigen Raum. Das war ein stimmiges System mit eigenen Studios, Franchisenehmern und Partnerclubs, grob angelehnt an die Struktur der **Steigenberger Hotel Group**. Mit sauber strukturierten Handbüchern waren wir unserer Zeit weit voraus. Parallel sind wir ab 1990 mit unserer Unternehmensberatung **Gockel, Paul & Partner** durchgestartet. Ich habe früh mit fitten Leuten zusammengearbeitet, die später nach ganz oben gekommen sind, **Frank Böhme, Jörg Löhr, Ralf Capelan** und weiteren. Wir waren in der Schweiz, in Österreich und vor allem Deutschland aktiv, deshalb kenne ich euer Land so gut. Mein länderübergreifendes Know-how ist bis heute gefragt: Ich unterstütze momentan deutsche Geschäftsleute, die Business und Leben in die Schweiz verlagern wollen, weil sie unzufrieden sind mit dem deutschen System.

Fotos: © Alexander Stertzik, FITNESS SOCIETY, Aleksander Perkovic, privat



Edy Paul berät Beni Ritter und Gattin Tuk in ihrem Box- & Fitness-Studio Wellbox in Wilen

DAS SAGEN DIE ANDEREN...



Edy ist ein herausragender Branchenkenner. Insbesondere Konzeptentwicklung und Prozessoptimierung sind seine Stärken

Henrik Gockel, Geschäftsführer PRIME TIME fitness



Ich schätze Edy als Person sehr. Er ist ein Urgestein der Szene und bis heute als Berater und Mentor sehr gefragt

Hans Muench, Fitness Consultant



Ich habe noch nie einen so strukturierten Menschen kennengelernt, wie Edy. Er ist kompetent, seriös und lösungsorientiert

Dieter Collas, Inhaber Kraftwerk Niederzier



Edy Paul ist ein Vorreiter der Fitnessbranche. Schon in den 90er-Jahren hat er für mehr Professionalität geworben

Frank Böhme, Geschäftsführer Just Fit



Ein spannender Typ, menschlich schwer in Ordnung, mit langjähriger Expertise und einem geschulten Blick für das Wesentliche

Markus Begerow, Geschäftsführer ULC Fitness



Nah am Wasser gebaut: Edy Paul rührt sehr ausdauernd die Werbetrommel für seine Stadt. Er rühmt die kurzen Wege, die vielfältige und hochwertige Gastronomie und das reichhaltige kulturelle Angebot

Was wurde aus TC?

Es war schließlich ein Börsengang geplant, mit einer zweistelligen Millionen-Kapitalisierung. Damit hatten wir aber ein schlechtes Timing, zudem waren irgendwann zu viele Leute im Game, die sich mit Zahlen auskannten, aber nicht mit Fitness. Wir waren uns nicht mehr einig über die Unternehmensphilosophie und hatten keine Nachfolgeregelung. Es ging in die Brüche, viele TC-Training-Center-Lizenznehmer wechselten zu **clever fit**. Ich habe 1995 dann meine eigene Unternehmensberatung aufgemacht, die **P+P und Partner AG**.

Klingt ein bisschen traurig.

Eher lehrreich. Ich bin als Berater so erfolgreich, weil ich selber alle Höhen und Tiefen am eigenen Leib erfahren habe. Nur so kann ich andere davor bewahren, gravierende Fehler zu machen. Das klappt: Ich habe mehr als 50 Kunden zu Millionären gemacht.

*Wir fahren von Zürich nach Wilen, dort betreut Paul das **Wellbox-Studio**.*

Was willst du uns hier zeigen?

Ein spannendes Konzept: **Beni Ritter** und seine Frau haben in Thailand jahrelang auf

Weltklasse-Niveau Muay Thai betrieben. In ihrer Wellbox bieten sie Kampfsport im Premium-Segment mit integriertem Fitness an. Das Gold-Abo mit 40 Einheiten Personal Training und 24/7-Nutzung des Fitnessbereichs kostet 6000 Schweizer Franken im Jahr. Perfekt für Menschen, die nicht in einem muffigen Boxkeller Gruppentraining absolvieren wollen, sondern eine individuelle Lösung suchen. Dafür gibt es nicht überall genug Interessenten, aber hier in diesem reichen Ort schon. Auch nicht skalierbare Modelle sind manchmal ein Volltreffer, ich freue mich über junge Typen wie Beni, die sich etwas trauen.

**MEILENSTEINE
EDY PAUL**

1967-1984
Zusammenarbeit Werner Kieser

1984
Eröffnung 1. TC Training Center

1990
Beratung Gockel, Paul & Partner

1994
Mitgründer Schweizerischer Fitnessverband

1995
Beratung P+P und Partner AG

2009
Online-Coaching und -Beratung

Lässt dieser Mut ganz allgemein nach?

In schwierigen Zeiten neigt man dazu, auf Nummer sicher zu gehen. Richtig wäre es aber, die ausgetretenen Pfade zu verlassen. Begleitung und Beratung machen bei Projekten mehr Spaß und Sinn, die sich an ganz neue Ziel- oder sogar Randgruppen (z.B. Homosexuelle oder muslimische Frauen) wenden. Ich empfehle, lieber in Differenzierung zu investieren, statt in Ausstattung. Vor einigen Jahren habe ich mit der Bahn einen Fitnesswaggon für Langstrecken geplant, ein spannendes Thema, obwohl es nicht umgesetzt wurde.

„Ich freue mich über junge Typen, die sich etwas trauen“

Wir fahren zurück in die Stadt, genießen die schönen Häuser und das Gefühl von Sicherheit und Sauberkeit.

Du kennst Deutschland und die Schweiz – inklusive der Unterschiede.

Die Schweizer sind zurückhaltender. Promis können sich hier frei bewegen. Keiner käme auf die Idee, eine **Tina Turner** auf der Straße anzuquatschen oder um ein Selfie zu bitten. Auch die Kluft zwischen arm und reich ist hier geringer, nicht zuletzt aufgrund der regulierten Zuwanderung. Zudem sind die Schweizer gesundheitsbewusster und Wellness-affiner. Kieser Training ist eine Schweizer Erfindung, das Birchermüsli ebenfalls, in Zürich gibt es mit dem **Haus Hiltl** das älteste vegetarische Restaurant der Welt. Aber es ist nicht alles Gold, was glänzt: Auch in der Schweiz gibt es die Working Poor, die kaum über die Runden kommen. Und hinter der Schweizer Fassade aus Lächeln und Höflichkeit tun sich manchmal Abgründe auf. Ich bin überzeugter Schweizer, habe aber auch österreichische und sizilianische Wurzeln, bin Eidgenosse aber auch Kosmopolit.

Bist aber trotzdem Zürich treu geblieben!?

Es stand nie zur Debatte wegzugehen. Die Lebensqualität ist einzigartig, wir haben eine gute Infrastruktur, Berge und Wasser direkt vor der Nase. Aber es gibt auch andere schöne Städte, etwa München und Hamburg. Ich hatte früher mit Henrik Gockel ein Büro in Mainz, da war es auch toll.

*Wir gehen in die berühmte Konditorei **Confiserie Sprüngli**. Hier am Paradeplatz lagert angeblich unterirdisch ein tausende Tonnen schweres Gold-Vermögen der größten Schweizer Banken.*

Warum sind wir hier?

Hier habe ich Confiseur gelernt, auch meine Eltern hatten eine Konditorei mit Tearoom. Das befriedigte mich aber nicht, ich habe schließlich Sozialpädagogik studiert. Davon profitiere ich bis heute, was Kommunikation, Empathie und Wissensvermittlung anbelangt. Als Leistungssportler musste ich dann Muskelmasse aufbauen, da bin ich Kieser-Mitglied geworden.

Auf ein Wort und eine Cremeschnitte in die Confiserie Sprüngli am Bahnhofplatz, hier hat Edy Paul einst Confiseur gelernt. In der Stadt ist er am liebsten auf zwei Rädern unterwegs, beim Züricher Vespa-Dealer Sandro Fontana sucht er nach einem neuen Roller. Seine 94-jährige Mutter trägt er auf Händen



Fotos: © Alexander Stertzik

Künstlerisch wertvoll:
Edy Paul liebt Malerei und Percussion



Aus dem Mitglied wurde dann ein Mitarbeiter!?

Dazu hat mich Werner Kieser überredet. Da hat mich manch einer komisch angeschaut: Fitness war anders als heute, gesellschaftlich verpönt, es hat lange gedauert, bis sich das geändert hat. An diesem Imagewandel habe ich mitgewirkt, in verschiedenen Positionen mit öffentlicher Wirkung. 1994 war ich Mitgründer des **Schweizerischen Fitnessverbands**, 1996 Mitinhaber der **Swiss Academy of Fitness & Sports SAFS**.

Wir sind am Elternhaus von Edy Paul angekommen, seine Mutter empfängt uns freundlich.

Die alte Dame ist ja unglaublich rüstig.

Meine Mutter ist ein Phänomen, hat Zeit ihres Lebens hart gearbeitet. Das Haus, in dem sie bis heute wohnt, ist vermietet, sie kümmert sich mit ihren 94 Jahren immer noch um alle 15 Parteien. Ich habe Gene, Willen und Fleiß geerbt, dafür bin

ich dankbar. Stillstand ist der Untergang, wer rastet der rostet. Ich würde mich zu Tode langweilen, wenn ich nur noch mit Pensionären auf Mallorca säße bei einem Glas Rotwein.

*Wir begleiten Paul zum Vespa-Dealer seines Vertrauens, dem **Piaggio Center Fontana**, er sucht nach einem neuen Roller.*

Bist du lieber auf zwei Rädern unterwegs, als auf vier?

So eine Vespa ist viel praktischer in der Stadt. Ich brauche allerdings bald eine neue. Meine ist schäbig und mit Kickstart zu unkomfortabel. Ich habe mich aber noch nicht für eine Farbe entschieden, vielleicht nehme ich sogar eine elektrische.

Wir sind in seinem Appartement angekommen, das er mit seiner attraktiven argentinischen Frau und ihrem Sohn bewohnt. Seine eigenen Kinder sind längst ausgezogen, wohnen aber in der Nähe und haben ein enges Verhältnis zum Papa.

Welchen Stellenwert hat Familie für dich?

Einen hohen. Ich war immer für sie da, wenn ich gebraucht wurde – trotz 70 Stunden Wochenarbeitszeit. Bisweilen habe ich wichtige Termine abgesagt, weil ich einen Kindergeburtstag managen musste. Die Grenzen zwischen Job und Privatleben sind regelmäßig verschwommen, das war mir egal. Ich bin damals zu Clüberöffnungen mit dem Wohnmobil durch Deutschland gefahren und die Kinder waren teilweise dabei und haben geholfen. Viele Manager wären besser, wenn sie eine Familie hätten. Konflikte im Job lassen sich leichter lösen, wenn auch familiäre Konflikte bewältigt werden müssen.

Du arbeitest fast ausschließlich von zu Hause aus?

Online-Kommunikation spart so viel Zeit und Mühe, ich habe mein Arbeitsleben deshalb lange vor Corona digitalisiert. Von meinem Schreibtisch aus blicke ich auf das Modell eines Segelboots. Das Segeln hat viel mit Management zu tun: Man muss das Segel immer neu justieren, um das Ziel zu erreichen.

Berätst du ausschließlich Fitness-Kunden?

Ich bin weniger Berater, als vielmehr Coach, während Corona war ich vor allem Seelenklempler. In dieser Zeit habe ich bei

> 50

Edy Paul-Kunden sind Millionäre geworden

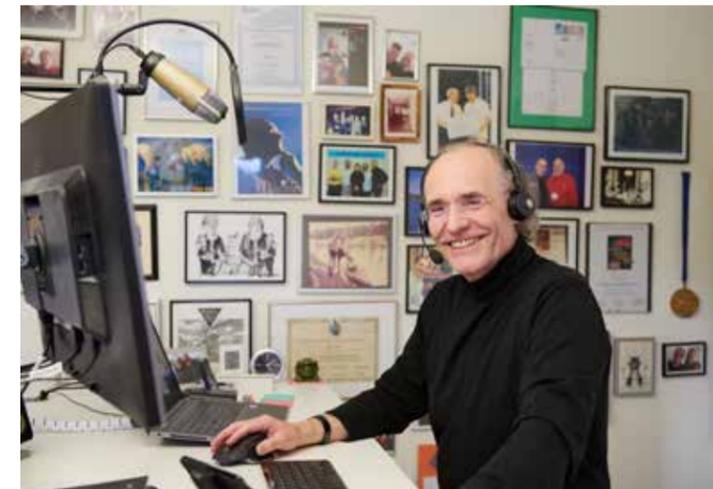
der Abwicklung etlicher Anlagen mitgeholfen, in der Schweiz gab es weniger Unterstützung vom Staat. Neben Webinaren über Führung sind An- und Verkauf von Clubs und Nachfolgeregelung wichtige Themen. Ich bin breit aufgestellt, habe auch Bäder, Hotels, Spitäler als Kunden. Auch Start-ups betreue ich immer wieder. Der gut ausgebildeten Jugend muss man heute keine Grundlagen mehr vermitteln, aber sie kann von meiner Erfahrung und meinem Netzwerk profitieren – und meinem Talent, kritische Fragen zu stellen. Seit Neuestem unterstütze ich zudem **fit+** bei der Expansion in die Schweiz.

Bist du mit einem Ratschlag auch mal danebengelegen?

Manchmal war die Zeit noch nicht reif für eine Idee. Stellenweise wird der richtige Ratschlag auch ungern gehört, damit muss ich leben: Nach mehr als 1000 Club-Analysen erkenne ich, wenn der Besitzer selbst das Problem ist.

Du hast dich hier sehr gemütlich eingerichtet, im Home Office und im Rest der Wohnung.

Ja, ich fühle mich hier wohl. Früher habe ich spektakulärer gewohnt und mich verkleinert, als die Kinder aus dem Haus waren. Auch mein Segelboot habe ich verkauft, fahre inzwischen Lexus, statt Range Rover und 911er. Ich habe schon eine Porsche-Sammlung, bestehend allerdings aus Modellautos.



Viel mehr als nur Dekoration: Eule, Roboter R2-D2 und das Segelboot stehen für die Weisheit, die Zukunft und das Team, was die drei wichtigsten Schlagworte für jeden Unternehmer sein sollten. Edy berät und coacht vorrangig online, die Bildergalerie erinnert ihn an die wichtigsten Menschen und größten Erfolge

EDY FRÜHER





Zwischen 1970 und 1980 war Edy Paul 7 x Schweizer Meister im Wildwasserkanu, 1972 startete er bei Olympia. Mit Henrik Gockel leitete er ab 1990 die gemeinsame Unternehmensberatung (Bild oben) und netzte global mit den US-Fitnessgurus John Brown (ganz links) und Mike Chat (2.v.l.)

EDY HEUTE





Freundschaft und Familie: Zu Werner Kieser hatte er bis zuletzt eine enge Verbindung, seine Kinder Claudio, Deborah und Melania (unten, von links nach rechts) sind Edy Pauls Stolz und Antrieb

Neuestes Projekt: Edy Paul unterstützt fit+ bei der Expansion in die Schweiz. Am 28.04.23 veranstaltet er das erste Netzwerktreffen zum Thema personallose Fitnessstudios zusammen mit der fit+-Führungsscrew um Lars Springer und Achim Elster (oben, von links nach rechts)

SAVE THE DATE +++ 28.04.2023 +++ fit+ Kempththal, CH +++ www.fitplus-club.ch

Fotos: © Alexander Stertzik, fit+, privat, Fitness Expo

KURZ gefragt

Obwohl er die schönen Seiten des Lebens zu schätzen weiß, entdeckt man an diesem Mann nicht die Spur eines Wohlstandsbauchs. Dafür tut er aber auch eine Menge.

Wie viel Zeit investierst du für Fitness?

2-3 x Fitness, fünf Sporteinheiten insgesamt pro Woche.

Aktueller Trainingsschwerpunkt?

Krafttraining.

Wo trainierst du?

In verschiedenen Studios und auch zuhause.

Lieber alleine oder in Gesellschaft?

Alleine. Fitness ist für mich dynamisches autogenes Training, ich muss mich dabei komplett auf den entsprechenden Muskel konzentrieren.

Welche Musik zum Sport?

Brauche ich nicht.

Welche Sportnahrung?

Ich nehme seit 40 Jahren zusätzliche Vitamine zu mir und ernähre mich generell ausgewogen und qualitätsorientiert, ohne mir Genüsse zu verbieten, trinke aber wenig Alkohol und habe nie geraucht.

Welcher Sport außer Fitness?

Schwimmen, Segeln, Kanu- und Skifahren. Wasser, Wind und Schnee sind meine Elemente.

Das letzte Mal richtig ausgepowert?

Gar nicht mehr nach meiner Karriere als Leistungssportler, ich bleibe immer im grünen Bereich. Ich messe mich schon noch gerne mit anderen, aber ohne überzogenen kompetitiven Ehrgeiz. Aber Action ist mir schon wichtig bei jeder Aktivität, sonst wird mir langweilig.

Der größte sportliche Erfolg?

Olympia-Teilnahme 1972 in München und siebenfacher Schweizer Meister im Wildwasserkanu.

Trotz vieler beruflicher Aktivitäten in Deutschland ist Edy Paul immer Schweizer Patriot geblieben

Foto: © Alexander Stertzik

WELTNEUHEIT! EMS TRAINING OHNE WASSER!

– mit XBody Studio-Anzügen oder XBody Personal-Suit.



Studio-Anzug



Personal-Suit

Mit dem neuen XBody DRY-System können Sie ab jetzt allen Kunden ein EMS Training ohne Wasser anbieten, egal ob mit den „Studio-Anzügen“ und der trockenen Unterwäsche oder mit einem eigenen Anzug, dem „XBody Personal-Suit“.

FIBO GLOBAL FITNESS

Besuchen Sie uns auf der FIBO Halle 7 Stand B26

Jetzt Termin auf der FIBO buchen und das einmalige Trainingserlebnis live erleben!



Tel.: +49 40 226160940
oder schreiben Sie an:
info@xbodyworld.de