



Fitness Tribune Award

für

Dr. Axel Gottlob

Mit dem Award werden Personen ausgezeichnet, die sich in hervorragender Weise für die Fitnessbranche und die dahinterstehende Philosophie einsetzen.

Lebenslauf Dr. Axel Gottlob

Persönliches:

geboren im März 1960 in Stuttgart
 1976 Beginn mit Krafttraining als Leistungssport
 1978 Stuttgarter Meister im Bodybuilding
 1978-82 Intensiv-Trainingsaufenthalte in den USA
 1982 Deutscher Meister im Bodybuilding (Gesamtsieg)
 1987-90 Trainingsstudien in den USA
 seit 1991 Sprecher auf nationalen und internationale Kongressen zu den Themen Krafttraining, Körperkorrektur, Biomechanik, Wirbelsäule, Trainingssteuerung, Kundenorientierter Unternehmensführung, Drop-Out, Verkaufspsychologie und seriöser Motivationstechniken
 1995 Geburt von Sohn Kevin

Bildungsweg:

1979 Abitur in Stuttgart
 1980 Studium der Physik an der Universität Stuttgart
 1981 Studium des Maschinenbaus an der Universität Stuttgart
 1987 Studium Psychologie und Marketing an der UCLA in Los Angeles, USA
 1990 Abschluss mit dem Diplom-Ingenieur (Maschinenbau) an der Universität Stuttgart
 1992 Managementprogramm der EU (ETP) in Tokio, Japan
 1994 Studium der Rechtswissenschaften an der Universität Heidelberg
 1996 Zwischenprüfung in Jura
 2002 Promotion in Sportwissenschaft über das Bauchmuskeltraining zum Dr.phil. an der Universität Heidelberg

Berufliche Stationen:

1979-80 Anlagenleiter einer Fitnessanlage in Stuttgart
 1982 Zusammen mit Peter Gottlob Gründung der Sportgerätebaufirma „Galaxy Sport“
 1984 Erste Niederlassung in Japan
 1984-86 Mitarbeiter am Fraunhofer Institut IAO in Stuttgart
 1986 Modernste Messtechnik wie EMG und Topometrie kommen bei der Sportgeräteentwicklung zum Einsatz
 1987 Einstieg in die Geschäftsleitung bei „Galaxy Sport“
 1989 Aufstieg zu Deutschlands führendem Sportgerätebauunternehmen
 1990 Die 100. neuentwickelte Maschine wird vorgestellt
 1993 Erfindung der Multi Motion Technologie und Anmeldung von 4 Patenten
 1993 Gründung der Fortbildungsfirma „Aktiv Seminare Gottlob“
 1996 Gründung der Beratungsfirma „Gottlob Consulting“
 seit 1997 Dozent für Krafttraining und Biomechanik am Sportwissenschaftlichen Institut der Universität Heidelberg
 1998 Entwicklung der Ausbildung zum MASTER Fitness Trainer
 seit 2000 Dozent für Krafttraining bei der Trainer Akademie Köln, der BAFL Österreich sowie bei diversen Bundes- und Landestrainerfortbildungen
 2001 Publikation des Lehrbuchs „Differenziertes Krafttraining mit Schwerpunkt Wirbelsäule“ beim Urban & Fischer Verlag
 2002 Umfirmierung der Firma in „Dr.Gottlob Research, Education & Consulting“
 2002 Publikation der Schrift „Entwicklung differenzierter Krafttrainingsrichtlinien mit Anwendung auf das Bauchmuskeltraining“

Dr. Axel Gottlob hat über viele Jahre die Fitnessbranche in ganz unterschiedlichen Facetten mitgeprägt und weiterentwickelt. Er ist nicht der Lauteste der Branche, obwohl er brillante und motivierende Vorträge zu halten weiss. Aber er ist einer der wirklich Grossen, der die wertvollen Aspekte des Fitnesports seit vielen Jahren herausarbeitet, weiterentwickelt und konsequent den Fitnessanlagen, Therapieeinrichtungen und Anwendern zur Verfügung stellt. Er ist keiner, der seine Fahne nach Verbänden, politischen Institutionen oder Netzwerken ausrichtet oder die schnelle Geschäftemacherei propagiert, sondern einer, der seiner Überzeugung treu bleibt, Mängel aufzeigt und sich leidenschaftlich für Fitness einsetzt. Ein Unbequemer sagen die einen; ein Wahrhaftiger, Begeisternder, Menschlicher und fachlich Genialer schwärmen die anderen.

Wie kam es zu dem „Guru-Status“ von Dr. Gottlob, der mit viel Motivation, aber immer auch wissenschaftlich präzise und praktisch umsetzbar argumentiert, berät, forscht und schult?

Bereits im Alter von 5 Jahren war sein persönlicher Spielplatz das väterliche Sportstudio, welches Vater Peter Gottlob schon 1959 in Stuttgart eröffnet hatte. In den Folgejahren lernte er das Training spielerisch kennen, intensivierte selbiges und erstellte schon mit 14 diverse Trainingspläne für die Studiomitglieder. Seine wettkampfsportliche Karriere startete er im Alter von 17 Jahren mit dem Sieg bei den Stuttgarter Meisterschaften. In den Folgejahren lernte er auf Grund bestehender familiärer Kontakte sehr viele Weltklasseathleten persönlich kennen, trainierte mit ihnen und tauschte sich fachlich aus. 1982 erreichte er mit dem deutschen Meistertitel seinen sportlichen



This Certificate of Fitness Achievement is Awarded to

Dr. Axel Gottlob

from Stuttgart, Germany,

**for his outstanding contribution to the
fitness industry in 2004 and preceding years**



Switzerland, March 2004

Founder/Publisher

Jean-Pierre L. Schupp

Jean-Pierre L. Schupp



since 1979



Höhepunkt. Somit war er mit 22 auch einer der jüngsten Gesamtsieger aller Zeiten und trat in die Fussstapfen seines Vaters, der den nationalen Titel 1967 gewonnen hatte.

1982 war auch das Startjahr der Gerätebaufirma *Galaxy Sport* von Peter und Axel Gottlob. Ein Jahr zuvor hatte Axel Gottlob ein Maschinenbaustudium an der Universität Stuttgart begonnen, das er 1990 erfolgreich mit dem Diplom-Ingenieur abschloss. Spezialisierungen auf Biomechanik und Biomedizin Technik während des Studiums und seine mehrjährige Mitarbeit am Fraunhofer Institut Stuttgart im Bereich der Ergonomie und Arbeitsphysiologie machten ihn mit modernen Messtechniken und biomechanischen Fragestellungen am menschlichen Körper vertraut. Mit diesen Erkenntnissen und den umfangreichen praktischen Erfahrungen gelang es dem Duo mit ihrer Firma *Galaxy Sport*, ab 1989 die Marktführerschaft in Deutschland zu erreichen. Nach über 100 neu entwickelten Sportmaschinen und über 1.000 eingerichteten Anlagen, verkauften Gottlobs 1992 das erfolgreiche Unternehmen.

Ende der 80er Jahre entdeckte Axel Gottlob neben Fitness eine weitere Leidenschaft: zwischenmenschliche Kommunikation. Er befasste sich mit Themen wie Verkaufspsychologie, Verhandlungstechniken, NLP, kulturelle Regeln menschlicher Kommunikation, Motivationstechniken, und kundenzentrierter Unternehmensführung. Er studierte in den USA und ging im Rah-

men eines Managementprogramms ein Jahr nach Japan. Wieder in Deutschland etablierte er ein Ausbildungsinstitut mit den Schwerpunkten Krafttraining, Biomechanik und Verkauf. Drei Jahre später fügte er eine Beratungsfirma hinzu, die sich im Fitness- und Dienstleistungsbereich auf kundenorientierte Unternehmensführung spezialisierte. Seriöse Kundengewinnung und der dauerhafte Kundenerhalt stehen im Mittelpunkt dieser Tätigkeit.

Parallel entwickelte er nach umfangreichen Bewegungsstudien die neue Trainingstechnologie: Multi-Motion. Vier nach diesem Konzept gebaute Trainingsmaschinen können schliesslich zum Patent angemeldet und später an eine Gerätebaufirma verkauft werden.

Nach wie vor unzufrieden über die angewendeten Trainingsmöglichkeiten und den existierenden dogmatisch durchsetzten Einflüssen vertiefte Gottlob seine Studien im biomechanischen und trainingswissenschaftlichen Bereich. Seit 1997 ist er Dozent für Krafttraining am sportwissenschaftlichen Institut der Universität Heidelberg. Hier promovierte er auch im Jahre 2002 im Fachbereich Sportwissenschaft. Ende der 90er Jahre spezialisierte er sich auf Fragestellungen um die Wirbelsäule, deren Stabilisierungsmechanismen und Trainingsmöglichkeiten und entwickelte schliesslich sein Differenziertes Krafttraining. Dieses, zunächst im Bereich der Wirbelsäule angewendet, wurde von ihm in den letzten drei Jahren schliesslich auf den ganzen Körper adäquat

umgesetzt. 2001 erschien sein in allen Medien hochgepriesenes Lehrbuch „*Differenziertes Krafttraining mit Schwerpunkt Wirbelsäule*“, das zwischenzeitlich nicht nur bei Trainern, sondern auch in vielen Physiotherapieschulen zum Standardlehrbuch avancierte und auf den Empfehlungslisten von Sportmedizinern und Orthopäden steht. Hierdurch konnte Gottlob eine wichtige Brücke zwischen der medizinischen und der sportlichen Fachwelt im Bereich des Krafttrainings bauen. Daneben liefert er regelmässig wertvolle Transfers an Trainer und Athleten im Hochleistungssport und schult in Firmen leitende Mitarbeiter im Bereich Leistungssteigerung, Beschwerdeprophylaxe und -korrektur.

Alle gewonnenen Erkenntnisse fliesen seit Jahren konsequent in die von „*Dr. Gottlob Education*“ angebotenen Workshops. Die MASTER Trainerausbildung, die kommunikative HIT-Fortbildung und der neu entwickelte zertifizierte FitnessTrainer stellen somit auch das Feinste im Seminarwesen dar. In diesen hochqualitativen Workshops bleiben meist keine Fragen offen und die begeisternde Atmosphäre erreicht schliesslich jeden. Es sind Teilnehmer aller Bereiche wie Fitnesstrainer, Anlagenleiter, Physiotherapeuten, Sportmediziner, Verbandstrainer oder Leistungssportler vertreten, die sich bei Gottlob ihr Fach-Know-how aneignen.

In vielen Medien wird Dr. Gottlob als führender Krafttrainingsexperte Deutschlands bezeichnet. Wir meinen zu Recht!