

# Kleine Firmengeschichte

## Vergangenheit

Die Gründung von aquafortissima (= starkes Wasser) geht zurück auf den Herbst 1992 als der erste Aqua-Fit Kurs mit drei Teilnehmern gestartet wurde. Fortlaufend entstanden neue Kurse und innerhalb von fünf Jahren gelang es Roland Bärtsch, weitere Kursangebote in Bern, Stettlen, Langnau und Sumiswald aufzubauen. So wurde es Zeit, gut ausgebildete Physiotherapeuten und Turnlehrer als Kursleiter einzustellen. In den folgenden Jahren kamen weitere Kursangebote wie Indoor Cycling, Wassergymnastik, Leistungsdiagnostik, Trainingsberatung und Nordic Walking hinzu. Dabei stand eine gute Kursqualität immer im Vordergrund. Aufgrund des hohen Anteils an Wasserkursen entschied sich Roland Bärtsch für den Firmennamen **aquafortissima**.

## Gegenwart

Im Oktober 2004 kam unser **Studio für Bewegung** hinzu. Unser erstes Studio eröffneten wir an der Stadtbachstrasse. Seit Oktober 2007 verfügen wir im Herzen von Bern, an der Kramgasse 16, über neu renovierte Räumlichkeiten auf 233m<sup>2</sup>, welche höchsten Ansprüchen genügen. In dieser Oase können unsere Kunden - hervorragend betreut - individuell oder in Kleingruppen Feldenkrais, Gyrotonic, Gyrokinesis, dynamischer Sitzball, Circuittraining und Pilates geniessen. Alle Methoden zielen primär auf eine verbesserte Wahrnehmung, vertieftes Körperbewusstsein und eine höhere Bewegungsqualität ab. Im Studio werden zudem diverse Workshops mit zentralen Themen angeboten, welche Schmerzpatienten bis zum Leistungssportler ansprechen. Lernen kann auf jeder Ebene stattfinden, weshalb Alle willkommen sind, welche sich weiter entwickeln möchten.

Unser neuer Firmenname: **Optimaltraining - Netzwerk für Bewegungsqualität** – bezeichnet treffender unsere Kernkompetenz, nämlich ein individuell angepasstes Training gemäss trainingstheoretischen Grundsätzen. Roland Bärtsch unterrichtet an der Uni Bern im Institut für Sportwissenschaften seit 2006 das Fach: „Fitnessorientiertes Ausdauertraining – ein praktischer Einblick in die verschiedenen Ausdauermethoden“. Zusammen mit der Ausbildung zum Feldenkrais-Lehrer bildet dieses Wissen eine fundierte Basis zum Thema Bewegungsqualität – **entscheidend ist das Wie und nicht das Was!**

Zurzeit werden in über 50 Kursen etwa 500 Kunden betreut – wir versuchen die beschriebene Arbeitsweise in alle Kurse einfliessen zu lassen. Unser Motto lautet dabei: „Hat der Kunde trainiert, gelacht und dabei etwas gelernt?“

## **Vision**

Aufgrund der Neuorientierung haben wir uns entschieden, die Schwerpunkte nicht nur im Wasser zu setzen, sondern auch vermehrt zum Thema Bewegungsqualität im Sinne einer neuen Bewegungskultur. Diese beinhaltet mehr als Bewegen im Fitnessbereich – es geht um Bewegen zur Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung. Damit jeder Mensch sein Potenzial entdecken und fördern kann.

Vielleicht wird es bald möglich sein, Kunden aber auch andere „Gleichgesinnte“, welche im professionellen Bewegungsbereich arbeiten, auszubilden und das Wissen weiter zu geben. Damit wir noch mehr Abtauchen können in die Thematik der Bewegungskultur. Das würde unseren Spass an der Arbeit noch vergrößern.