

Ein Ex-Polizist wagt mit dem Trampolin große Sprünge

ERÖFFNUNG Uwe Natterer gibt nun auch in Bamberg Tipps, um wie im Flug Alltagsstress abzubauen.

VON LINSEREM REDAKTIONSMITGLIED **PETRA MAYER**

Bamberg - Als Streifenpolizist war er jeden Tag Gefahren ausgesetzt, die Uwe Natterer als allein-erziehender Vater nicht länger in Kauf nehmen wollte. Als der Franke mit seinen Trampolinen nun von Erlangen aus zum Sprung nach Bamberg ansetzte, bedeutete das für ihn allenfalls ein finanzielles Risiko: Der ehemalige Polizeibeamte eröffnete in der Domstadt ein zweites Trampolin-Fachgeschäft, wie es in dieser Form seiner Überzeugung nach „eben nur zweimal in ganz Deutschland zu finden ist“.

Natterers Tochter Sabrina kam auf die Idee, das dynamische Konzept ihres Vaters auch in Bamberg (Moosstraße 91) umzusetzen. Denn sie lebt mittlerweile in der Domstadt und konnte sich hier gut eine „Zweigstelle“ des Erlanger Trampolin-Ladens vorstellen. Auf diese Weise gibt Uwe Natterer, der vor seinem Ausstieg aus dem Polizeidienst seine Gesundheit zum Wohl anderer riskierte, nun allen stressgeplagten

Bambergern Gesundheitstipps. „Schließlich litt ich jahrelang selbst unter Verspannungen, bis ich das für mich ideale Training fand“, so der Franke, der nach seinem beruflichen Neustart eine „Vitalberatung“ gründete, um sich über Seminare gerade in Sachen Stressbewältigung einen Namen zu machen und daraufhin zum Vorsitzenden des Nürnberger Gesundheitsforums Vitalis zu avancieren.

Gerade die mangelnde Bewegung vieler Menschen, die im Medienzeitalter ihre Tage sitzend vor dem PC und dem Fernseher verbringen, sind Natterer zufolge eben Grund für Gelenksbeschwerden und etliche Stoffwechselerkrankungen. Regelmäßige Bewegung auf einem Minitrampolin rege den Stoffwechsel an, stärke Muskeln und Abwehrkräfte, so Natterer.

Und wer noch zweifelt, kann sich gerne selbst überzeugen: Schließlich sollte es federleicht sein, auf dem Trampolin selbst Schwergewichte Sprung für Sprung in Schwung zu bringen.



Uwe Natterer mit seiner Tochter Sabrina, die in Bamberg lebt und den Trampolin-Laden an der Moosstraße führt.