

**PRESSEMITTEILUNG ZUR SENATSENTSCHEIDUNG IN HAMBURG  
POOLS, DUSCHEN, UMKLEIDEN UND TERRASSEN WIEDER ZU ÖFFNEN**

**MERIDIAN UND PRÄVENTIONSMEDIZINER DR. CHRISTOPH SPECHT  
BETONEN POSITIVE EFFEKTE VON WELLNESS AUF  
GESUNDHEIT / „KEIN ERHÖHTES RISIKO“**

**Hamburg, 1. Juli 2020** – Viele Menschen verbringen ihren Sommerurlaub daheim und wünschen sich für das perfekte Feriengefühl den uneingeschränkten Zugang zu Wellness-Angeboten. Einen kleinen Lichtblick gab gestern der Hamburger Senat und erlaubt jetzt der Fitnessbranche die Nutzung von Pools, Duschen, Umkleiden und Terrassen in der Hansestadt. Das Premium-Fitnessunternehmen Meridian Spa & Fitness begrüßt diese Senatsentscheidung und sieht eine große Erleichterung für seine Mitglieder – ab Donnerstag, 2. Juli, heißt es „Wasser marsch“. Der Wellness-Bereich des Meridian öffnet wieder seine Türen, nur Saunen, Whirlpools und Dampfsaunen bleiben behördlich verordnet geschlossen.

Christin Lüdemann, Geschäftsführerin von Meridian Spa & Fitness erklärt zur aktuellen Situation: *„Angesichts der sehr geringen Corona-Neuinfektionen in Hamburg sollte man auch von dem letzten noch bestehenden Wellness-Verbot – der Saunanutzung – abrücken. Das Coronavirus übersteht nicht die Saunahitze von über 70 Grad. Zudem erlauben unsere großzügigen Anlagen, dass wir die Abstandsgebote besonders gut einhalten und unser Meridian-Hygienekonzept sehr gut umsetzen. Wellness ist sicher, wenn man Abstand hält und sich jeder Gast in Verantwortung für sich selbst und andere verhält“*. Den Wellness-Lockdown der letzten Monate hätten Mitglieder wie ein Gesundheits-Hindernis empfunden. *„Jeder Tag, den wir unsere Wellnessbereiche früher öffnen, ist ein Gewinn für die Gesundheit,“* sagt Christin Lüdemann.

In einem Exklusiv-Interview tauscht sich Meridian mit dem TV-bekanntem Präventionsmediziner und Experten **Dr. med. Christoph Specht** aus. Er betont gegenüber Meridian Spa & Fitness wie wichtig der Saunagang ist: *„Regelmäßiges Saunieren hat tatsächlich positive Effekte auf unsere Gesundheit. Die Lunge bzw. der gesamte Atemtrakt profitiert hier durch den Durchblutungs- und Befeuchtungseffekt der Schleimhäute: die feuchte warme Luft führt zum einen zu einer besseren Durchblutung zum anderen zu einer besseren Befeuchtung. Beides sind wichtige Faktoren, um die natürliche Barriere gegen Krankheitserreger aufrechtzuerhalten und zu stärken.“*

Meridian setzt sich für maximale Sicherheit und Schutz bei Fitness und Wellness ein. Mitarbeiter und Mitglieder sollen sich zu jedem Zeitpunkt sicher und gut betreut fühlen. Mit zahlreichen Beschilderungen, Desinfektionsmitteln, Spuckschutzwänden, Abstandsregeln sowie die Nutzung von Kursen und Pools mit begrenzten Teilnehmerzahlen setzt Meridian sein Hygienekonzept um und hat in den letzten Wochen bereits gute Erfahrungen gesammelt: Die Wellnessbereiche im Meridian Frankfurt, und Kiel und Berlin sind bereits in Betrieb.

**Dr. Christoph Specht**  
**„Wer sich daran hält, setzt sich nach meiner festen Überzeugung  
keinem erhöhten Risiko aus.“**

Für ihn stelle der Besuch einer Wellness-Anlage derzeit kein spezifisches Infektionsrisiko in Bezug auf Corona dar. Dr. Christoph Specht: *„Man muss sich vergegenwärtigen, wie dieses Virus übertragen wird, nämlich durch den relativ nahen Kontakt zwischen Personen. Dabei spielen mikroskopisch kleine Tröpfchen eine Rolle, die beim Sprechen, Reden, Husten, Niesen, Singen usw. aus Mund und Nase kommen und dann auf der Schleimhaut des anderen landen. Das Virus ist aber kein „Wasser“-Virus, auch kein Virus, das vorwiegend über eine sogenannte Schmierinfektion, wie zum Beispiel manche Viren, die Darmerkrankungen verursachen, übertragen wird. Selbst wenn also Coronaviren ins Wasser gelangten, würden diese so extrem verdünnt, dass man von keiner Übertragungsgefahr ausgehen müsste. Selbstverständlich sind aber auch im Bad die überall geltenden Abstands- und Hygieneregeln einzuhalten. Wer sich dran hält, setzt sich nach meiner festen Überzeugung keinem erhöhten Risiko aus.“*

Dr. Specht empfiehlt für den Besuch einer Wellness-Einrichtung, dass man sich hier genauso wie auch im Alltag verhält, mit Vorsicht und Abstand. Er sagt: *„Tatsächlich sind das Einhalten von Abstand und der Verzicht auf Körperkontakt die entscheidenden Maßnahmen zur Vermeidung einer Infektion mit dem neuen Virus. Das gilt nicht nur im Alltag, sondern eins zu eins auch in einer Wellness-Einrichtung. Ein eigenes bzw. nur selbst genutztes Handtuch sowie andere Gegenstände des persönlichen Bedarfs sollten selbstverständlich sein.“*

**Vita Dr. Christoph Specht**

- Studium Humanmedizin in Gießen, Frankfurt und USA
- Forschungsstipendium zur Magnetresonanz-Technik (Kernspin) am Mt. Sinai Medical Center, Cleveland, Ohio
- Praktika bei verschiedenen Filmproduktionen
- Aufbaustudiengang Wissenschaftsjournalismus an der Universität Mainz
- Assistenzarzt in der Klinik für Orthopädie, Wiesbaden
- Promotion im Fach Orthopädie
- Freie Mitarbeit bei Leonaris-Film Prof. Dr. med. Munck in Böblingen, dort erste med. Filmprojekte
- Huschert Realfilm Hilden, Aufbau Abteilung „Medizin & Wissenschaft“
- Seit 1995 selbständiger Autor und Regisseur med.-wiss. Filme
- Medizinkorrespondent ZDF, RTL/VOX/n-tv, WDR, SPIEGEL ONLINE u.v.m.



## **Über Meridian Spa & Fitness**

Meridian Spa & Fitness bietet in seinen insgesamt acht Anlagen in Hamburg, Berlin, Kiel und Frankfurt seinen rund 38.000 Mitgliedern und zahlreichen Tagesgästen das Beste aus Fitness und Wellness in einzigartiger Atmosphäre. Erneut erhielt Meridian für den Standort Hamburg das Qualitätsurteil „sehr gut“ vom Deutschen Institut für Service-Qualität (Juni 2020) und führt damit einmal mehr das Angebot der Hansestadt an. Seit 1984 folgt das in Hamburg gegründete Unternehmen einer Vision: Menschen einen Ort zu bieten, an dem sie den Alltagsstress hinter sich lassen und neue Energie schöpfen. Die Philosophie „The Source of Energy“ findet sich in den vielfältigen Möglichkeiten der Anlagen wieder: Ein abwechslungsreiches Angebot aus Classic, Athletic und Spirit sowie erstklassige Kraft- und Ausdauergeräte und ein umfangreiches Kursprogramm lassen das Training für jeden einzelnen zum Erlebnis werden. Dabei werden die Mitglieder sehr engmaschig von qualifizierten Trainern betreut, um gemeinsam Trainingsziele zu erreichen. Der weiträumige Wellness-Bereich mit verschiedenen Saunen, Pools und großzügigen Außenbereichen sorgt für pure Entspannung. Abgerundet wird das ganzheitliche Angebot durch das Face & Body Day Spa mit Beauty-Behandlungen, Massagen und Ayurveda-Anwendungen. Das Gesamtkonzept von Meridian spricht sowohl sportlich interessierte als auch Erholung suchende Großstadtmenschen jeden Alters an.

### **DIREKTKONTAKT**

Meridian Spa & Fitness Deutschland  
Wandsbeker Zollstraße 87-89  
22041 Hamburg  
Fon 040/65 89-20 143  
lisa.williams@meridianspa.de  
www.meridianspa.de

### **PRESSEKONTAKT**

LOERKE Kommunikation  
Marxsenweg 18  
22605 Hamburg  
Fon 040/30 99 799-0  
info@loerke-pr.com  
www.loerke-pr.com