

# Läuft gut

Sport ist gesund, kann aber noch gesünder werden. Frank Hepper und sein Team schauen dafür genau auf die Füße. Sensomotorische Einlagen können die gesamte Körperhaltung verbessern, Beschwerden reduzieren und die Leistung steigern. Funktioniert im Sport, aber ebenso im Alltag.

„Die Wirkung der sensomotorischen Einlagen ist in einer Studie nachgewiesen worden.“

Frank Hepper

Luisa Boschan auf dem Laufband. Das Sensomotorikzentrum macht detaillierte Analysen – von der Druckpunktmessung bis zum Wirbelsäulenscan.



Frank Hepper ist Vorstand der Berliner Springer Aktiv AG. Das Unternehmen zählt zu den Kunden des Mercedes-Benz Centers in Reinickendorf.

Es läuft gut für das Sensomotorikzentrum Berlin: Beim B2Run gewann das Frauenteam den Siegerpokal der Mannschaftswertung. Schnellste der Kolleginnen: Luisa Boschan, die auch bei der Deutschen Meisterschaft über die 5.000 Meter startete. Diese Leistung fußt auf intensivem Training – und ihrer Arbeit im Sensomotorikzentrum. Zur Erklärung ruft die Sportwissenschaftlerin am PC ihre Daten auf: An Fußscan, Druckmessung und Laufanalyse erklärt sie Defizite ihres Bewegungsapparats. Denen wirken die sensomotorischen Einlagen entgegen, die sie an ihrem Arbeitsplatz aus EVA-Weichschaum hergestellt hat.

„Wir verbinden Hightech und Handwerk“, so Frank Hepper, Vorstand der Springer Aktiv AG. Leistungssportler wie Fußballer und Basketballer aus der Bundesliga oder Radsport-Weltmeister vertrauen wie auch viele Breitensportler im Laufen, Tennis oder Golfen auf die Arbeit des Sensomotorikzentrums.

„Bei unseren Einlagen geht es vor allem darum, gezielt die Reizaufnahme in den

Rezeptoren der Muskeln, Sehnen und Gelenke zu verändern und eine gewünschte Muskelreaktion zu provozieren“, sagt Frank Hepper. In der Folge verändern sich die Stellungen der Gelenke und damit auch die Statik des Körpers. So kann Dysbalancen, wie sie zum Beispiel durch verkürzte Muskeln und Sehnen aufgrund von Schreibtischarbeit entstehen, entgegengewirkt werden. „Die Sensomotorik führt zudem zu einem Trainingseffekt für die Muskulatur, der Fußfehlstellungen korrigieren kann.“

Basis für die Beratung und die präzise Fertigung der Einlagen sind statische und dynamische Messungen: Eine selbst entwickelte Software wertet die Bilder von Fuß, Knie, Hüfte und Wirbelsäule im Zusammenspiel aus. Bei Radsportlern werden Sitzposition und Kraftübertragung auf dem Rennrad optimiert: für Zehntelsekunden im Wettkampf oder beschwerdefreies Radeln im Hobby.

So wie die Einlagen im Sport wirken können, bewähren sie sich auch im Alltag. „Bessere Körperhaltung bedeutet in jedem Alter mehr

Lebensqualität“, unterstreicht Frank Hepper, dass Sensomotorik bei weitverbreiteten Muskel- und Skeletterkrankungen zur Prävention oder gegen Beschwerden eingesetzt werden kann.

## SPRINGER AKTIV

Das Sensomotorikzentrum Berlin gehört zur Springer Aktiv AG, die seit fünf Generationen für die Fußgesundheit ihrer Kunden sorgt. 1902 gegründet, ist Springer heute Deutschlands ältester Einlagenhersteller – und der einzige, dessen Produkte das aktive Therapieprinzip der Sensomotorik nutzen. Das Unternehmen beschäftigt 70 Mitarbeiter und beliefert rund 2.000 orthopädische Fachgeschäfte in Deutschland pro Jahr mit 500.000 Einlagen-Rohlingen.  
[www.sensomotorik-zentrum.de](http://www.sensomotorik-zentrum.de)  
[www.springer-berlin.de](http://www.springer-berlin.de)