

# 40 Jahre Gregor's Gym

1982 gründete Andreas Gregor das Kitzinger Fitnessstudio Gregor's Gym in der Buchbrunner Straße. Damals, in den 80er Jahren, stemmten die Männer Gewichte, um auszusehen wie Arnold Schwarzenegger, und die Frauen schwitzten in neonfarbenen Anzügen beim Aerobic, wie Jane Fonda. Seitdem hat sich im Fitnessbereich viel geändert – aber Gregor's Gym ist nach wie vor eine der beliebtesten Treffpunkte zum Trainieren, zum Entspannen und zum Plaudern.

1990 verwandelte Andreas Gregor die Räume in der Tännigstraße 3 in seinen persönlichen Trainingstraum, mit perfekter Innenausstattung und der großen Holztheke, an der man sich vor und nach dem Training trifft und auch gerne mal auf einen Kaffee bleibt – der heute immer noch günstig wie vor 40 Jahren ist.

Seit Dezember 2021 leitet Junior-Chef Kevin Gregor das Studio.



**Fundgrube:** Kevin, du bist mit dem Fitnessstudio deines Vaters aufgewachsen. Aber dass du das Studio übernimmst, kam jetzt recht plötzlich, oder?

**Kevin Gregor:** Ja. Ich habe vorher als Schreiner gearbeitet. Dass ich das Studio mal übernehme, war schon geplant, aber im Dezember 2021 ging dann alles sehr schnell. Inzwischen habe ich mich gut eingearbeitet und fühle mich sehr wohl.

**Fundgrube:** Was gefällt dir an deinem Job besonders gut?

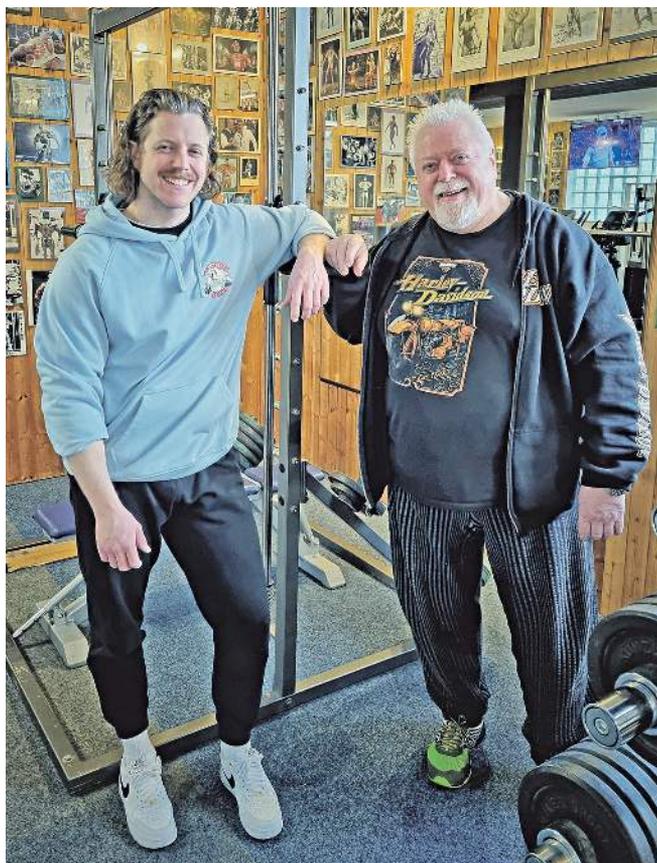
**Kevin Gregor:** Der Umgang mit den verschiedenen Menschen, die Unterhaltungen, der Austausch. Ihnen zu helfen das richtige Training zu finden. Und dann die Erfolge zu sehen. Ein Kunde kam mit 95 Kilo und hat inzwischen 30 Kilo abgenommen – es ist toll, sowas mitzuleben.

**Fundgrube:** Ein wenig spürt man hier noch den Geist der 80er Jahre ... Wirst du das beibehalten?

**Kevin Gregor:** Das Studio stammt aus der Bodybuilder-Ära. Mein Vater war damals mit Leib und Seele dabei, das sind die Wurzeln und unser Markenzeichen, das wird immer so bleiben. Aber wir entwickeln uns immer weiter, modernisieren die Einrichtung und bieten moderne Trainingsmöglichkeiten.

**Fundgrube:** Sicher gibt es auch neue Geräte, oder?

**Kevin Gregor:** Natürlich. Vorletztes Jahr haben wir sechs neue Maschinen dazugeholt, jetzt Ende März kommen neue Cardio-Geräte: Treppensteiger und ganz moderne Crosstrainer.

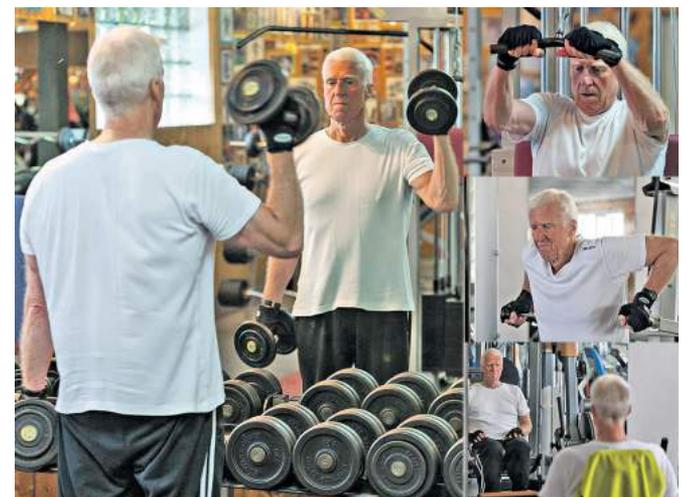


Kevin Gregor mit Vater und Gym-Gründer Andreas Gregor

Sehr gespannt sind wir auch auf die Hackenschmidt-Beinpresse für Oberschenkeltraining. Aber wir haben auch manche Geräte schon seit 20 Jahren, die sind gut und bewährt. Zum Beispiel unsere Zugschlingentürme werden gerne und oft von den Kunden benutzt.

**Fundgrube:** Aber ihr werdet keine anonyme Fitnesshalle mit Drehkreuz, oder?

**Kevin Gregor:** (lacht) Auf keinen Fall! Bei uns gibt es keine Drehkreuze und Magnetkarten. Hier kommt man noch ganz normal rein, sagt hallo und geht



Fitness ist keine Frage des Alters!

trainieren. Die familiäre, lockere Atmosphäre steht bei uns an oberster Stelle und das wird auch so bleiben. Hier unterstützt man sich gegenseitig, alle gehen entspannt miteinander um. Manchmal kommt jemand auch einfach nur auf einen Kaffee rein, ohne zu trainieren. Bei uns geht es nicht um sehen und gesehen werden. Das gefällt auch unseren weiblichen Kunden.

gemein junge Leute gerne zu uns kommen. Seit Kurzem findet man uns sogar bei Instagram. Wir sind für alles offen und bieten für jeden was, für die schweren Jungs, die auch mal die 70kg-Kurzhandel in die Hand nehmen wollen, ebenso wie Cardio, abnehmen, Figur straffen oder zur Unterstützung bei gesundheitlichen Problemen.

**Fundgrube:** Richtet ihr euer Angebot bewusst auch an Frauen?

**Kevin Gregor:** Klar. Wir wollen nicht nur eine klassische Muckibude sein, sondern freuen uns sehr, dass auch Frauen und all-

**Fundgrube:** Auch ein Kursprogramm?

**Kevin Gregor:** Nein, nicht mehr. Den abgetrennten Raum, den wir eingerichtet hatten, damit die Frauen bei den Kursen ungestört waren, nutzen wir jetzt als zusätzliche Trainingsfläche.



Hier kann man auch mal die Tür schließen und in Ruhe Bauch- und Dehnübungen machen.

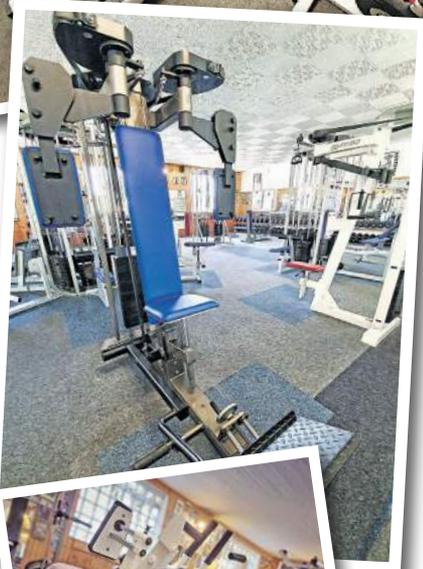
**Fundgrube: Sowas kann man doch auch zuhause machen. Warum kommen viele Leute trotzdem lieber ins Studio?**

**Kevin Gregor:** Weil es einfach mehr Spaß macht, mit anderen zu trainieren, und weil die Motivation höher ist. Außerdem bekommt man Anleitung und Unterstützung. Für viele ist Sport ein schöner Ausgleich zur Arbeit, sie haben Freude am Training und sind gut drauf, wenn sie hier sind. Bei unseren Abos ist auch die Sauna inklusive, täglich von ca. 16:30 bis 21:30 (mittwochs nur für Frauen) und am Wochenende von 10 bis 16 Uhr. Das ist zusätzlich eine herrliche Entspannung von Alltag.

**Fundgrube: Dann weiterhin viel Spaß und alles Gute für die nächsten 40 Jahre! Danke für das nette Gespräch.**



Frauen lieben unsere lockere, familiäre Atmosphäre!



★★★★★ **Jens Kern**

Eine Muckibude wie in den 80er Jahren. Fantastisch! Man wird freundlich begrüßt. Andy hat sogar seine Kaffeezeit sofort unterbrochen um mir stolz sein Studio zu zeigen. Nach dem Umkleiden noch die wertvollen Sachen verstauen und los geht's. An den mit Kieferpaneelen verkleideten Wänden hängen Bilder der alten Fitness und Bodybuilding Heroes. Sie spornen Dich an und scheinen zu rufen mach noch eine Wiederholung. Aus den Musikboxen hört man ACDC. Es ist alles da was man zum Training braucht. Viele Griffe und Geräte gibt es heute eher selten in modernen Fitnessstudios. Z.b gibt es Freihanteln bis 70kg!! Nach dem Training macht mir die Chefin noch ein leckeres Protein Shake. Sehr Gastfreundlich. FAZIT: Wer in der Nähe ist sollte hier mal trainieren und den Duft längst vergangener, besserer Zeiten schnuppern.

**Mitgliedsbeiträge:**

- 12 Monate Laufzeit: 35 € monatlich
- 6 Monate Laufzeit: 40 € monatlich
- 3 Monate Laufzeit: 45 € monatlich
- 1 Monat Laufzeit: 52 € monatlich

**Mitgliedsbeiträge für (Ehe-)Paare:**

- 12 Monate Laufzeit: 60 € monatlich
- 6 Monate Laufzeit: 66 € monatlich
- 3 Monate Laufzeit: 76 € monatlich
- 1 Monat Laufzeit: 86 € monatlich

Unter 18 Jahren ist eine Partnermitgliedschaft mit einem Familienmitglied möglich.

Die Mitgliedschaft beinhaltet das Fitnesstraining, einschließlich Einweisung an den Geräten und Betreuung, sowie Sauna. Getränke können gekauft oder selbst mitgebracht werden.

**10er Karten:**

- 10er Karte Training: 90 €
- 10er Karte Sauna: 70 €

**Tageskarten:**

- Einzeltraining: 10 €
- Einzelsauna: 8 €

Mo. bis Fr. 9.00-21.30 h  
durchgehend offen!  
Samstag & Sonntag  
10.00-16.00 h

Jetzt auch Feiertags  
von 10.00-16.00 Uhr  
geöffnet!



Tännigstr. 3 · Kitzingen · ☎ 0 93 21-37105

[www.gregors-gym.de](http://www.gregors-gym.de)

Mitgliedschaften auch monatlich möglich!

**JETZT HINTERN HOCH**

Jetzt durchstarten  
um Frühjahr!



**WIR MACHEN SIE FIT!**  
- seit 40 Jahren -

Beschützen ist  
unsere Leidenschaft.



VER SICHER UNGS  
KAMMER  
BAYERN

Ein Stück Sicherheit.

Agenturbeauftragter Roland Helemann  
**Amrehn und Donath GmbH**

Mainleite 42 · 97340 Marktbreit · Tel. 09332 59360  
info@aud.vkb.de · www.aud.vkb.de



Wir gratulieren ganz herzlich zum Firmenjubiläum, bedanken uns für die langjährige, vertrauensvolle und erfolgreiche Zusammenarbeit und wünschen alles Gute für die Zukunft.

**SCHENKEL & PARTNER MBB**  
Steuerberater Rechtsanwalt Wirtschaftsprüfer

Uffenheimer Straße 11 / 97199 Ochsenfurt  
Tel: +49 9331 8730-0 / Fax: 8730-20