



BIOGRAPHIE DR. AXEL GOTTLOB

Gottlob ist Fachbuchautor, Kolumnist und Gutachter, bildet Therapeuten in Rehakliniken fort, schult Betriebsärzte großer Konzerne, betreut Leistungssportler, berät Leistungszentren und ist Sprecher auf internationalen Kongressen. Mit seiner Fachkompetenz und seinen kritischen, hinterfragenden und neuen Ansätzen gilt er seit vielen Jahren als einer der führenden Körperexperten im deutschsprachigen Raum.

Vor allem aber ist Gottlob passionierter Dozent und Ausbilder. Seine große Leidenschaft ist es, Menschen mit wertvollem Know-how auszustatten und sie für ihre Arbeit zu begeistern. Seit 1991 haben sich über 4.000 Trainer, Therapeuten und Leistungssportler bei ihm fortgebildet.

Dr. phil. Dipl.-Ing. Axel Gottlob studierte Physik und Maschinenbau an der Universität Stuttgart (Schwerpunkt Biomedizinische Technik und Biomechanik). Am Fraunhofer Institut für Ergonomie und Arbeitsphysiologie spezialisierte er sich weiter auf Biomechanik und promovierte **2002** in Sportwissenschaft zum Dr. phil. an der Universität Heidelberg mit magna cum laude. In den 90er Jahren legte er auch die Zwischenprüfung in Jura an der Universität Heidelberg ab.

Bereits in jungen Jahren war Axel Gottlob in der familieneigenen Fitnessanlage (Vater Peter Gottlob eröffnete 1959 sein erstes Sportstudio) erfolgreicher Trainer und später auch Anlagenleiter. Als Jugendlicher betrieb er diverse Sportarten und startete im Kraftsport seine leistungssportliche Karriere, die er 7 Jahren später als Deutscher Meister im Bodybuilding **1982** beendete; er war sowohl Klassen- als auch Gesamtsieger und bis dato jüngster Sieger in der Männerklasse.

In den 80er und 90er Jahren forschte er im Bereich der Körperkinematik, entwickelte über 80 professionelle Trainingsmaschinen (u.a. 4 Patente, Erfinder der Multi Motion Technologie) und präsentierte eine Reihe neuer differenzierter Übungsabläufe. Mit seinem damaligen Familienunternehmen Galaxy Sport war Gottlob bis zu dessen Verkauf **1992** einer der führenden Anbieter professioneller Trainingsgeräte in Europa und Japan. In dieser Zeit war er auch Vertriebsleiter und später Geschäftsführer. Es schlossen sich eine psychologische Ausbildung in den USA und eine einjährige EU-Managementausbildung (ETP-Programm) in Japan an.

Als Dozent für Krafttraining und Biomechanik unterrichtete er seit **1998** bereits über 20 Semester am Sportwissenschaftlichen Institut der Universität Heidelberg und am Institut für Sport- und Bewegungswissenschaft der Universität Stuttgart. Seit dieser Zeit arbeitet er auch mit dem Olympiastützpunkt Heidelberg im Bereich Verletzungsprophylaxe und Trainingstherapie für Leistungssportler zusammen.

Ende der 90er Jahre entwickelte Gottlob das Differenzierte Krafttraining. Er führte hierbei völlig neue Übungsbewertungen wie z.B. die Zwangslagenanalyse oder das Kraftflussprinzip ein. In den Folgejahren beschäftigte er sich schwerpunktmäßig mit der Wirbelsäule, ihren Geweben und den biokinetischen Herausforderungen. So beschrieb er schon damals die Bedeutung der Rückenfaszien, erforschte die Vernetzungsmechanismen der Bauchmuskulatur, erarbeitete ein neues Verständnis der Bandscheibenmechanik und entwickelte ein Konzept zur Erreichung hoher Wirbelsäulen-Kompetenz.



Seit 10 Jahren tauscht er sich in einem Brain-Tank mit Chirurgen zu Fragen histologischer Qualitäten und der gelenkstabilisierenden Systeme aus und führte mehrere sportwissenschaftliche Projekte

auch mit Einrichtungen in Japan und Brasilien durch.

Seine Untersuchungsschwerpunkte der letzten Jahre liegen in den Bereichen evolutionsbasierter Anatomie und Biomechanik, in den Belastbarkeiten bewegungsrelevanter Gewebe, in den differenzierten Trainingstherapien, dem Aufbau von Funktionsgewebe nach entsprechenden Verletzungen sowie in der Placebo-Forschung und in der Medizinethik.

1993 gründete Gottlob sein Ausbildungszentrum, das anfangs mehrere 2-Tages-Kurse und eine Grundausbildung anbot.



1999 wurde dann bereits die erste Master Ausbildung zum Master Fitnesstrainer MFT etabliert.

2002 firmierte das Ausbildungszentrum um in das Dr. Gottlob Institut zur Ausbildung von Trainern und Therapeuten.

2008 etablierte sich der nächsthöhere Master Lehrgang – die Ausbildung zum Master Personal Trainer MPT war geboren. Es schlossen sich 3 weitere Lehrgänge für den pathologischen Bereich an (PRC, PHC und PGC).

2014 lancierte Gottlob schließlich die große Ausbildung der Master Stufe 3 zum Master Trainer für Fitness, Personal Training, Prävention und Trainingstherapie MT.

In **2018** wurde das Angebot um 2 weitere Lehrgänge erweitert. Momentan werden 4 Ausbildungen und 13 Lehrgänge angeboten.