# Neue Ateliers und wieder eine Aktionshalle

**Rote Fabrik** Zehn Jahre lang blockierten Rekurse die Sanierung des Kulturzentrums. Nun stehen die Bauarbeiten vor dem Abschluss. Anfang August gibts das erste Konzert in der neuen Halle, die nun Platz für 1300 Personen bietet.

**Tina Fassbind**

Die roten Jalousien gehen automatisch hoch wie der Vorhang eines Theaters – und sie geben den Blick frei auf eine grandiose Szenerie. Durch zwei grosse Fenster sind Zürichsee, Goldküste und Alpenkamm zu sehen. Es ist die Aussicht aus einem der insgesamt 14 neuen und 7 instand gesetzten Ateliers im frisch sanierten Trakt B der Roten Fabrik.

Der rund 60 Quadratmeter grosse Raum befindet sich in der 3. Etage im neuen Aufbau über dem Fabrikgebäude. Die zweigeschossige Holzkonstruktion ersetzt einen Dachaufbau, der wie weitere Bereiche des Gebäudes 2012 durch einen Brand zerstört wurde.

Gut zwei Jahre hat die Sanierung gedauert. Nun steht sie kurz vor dem Abschluss. Derzeit finden noch letzte Arbeiten statt. Bei einer Besichtigung riecht es in den Räumen noch nach frischem Holz, nassem Beton und Farbe.

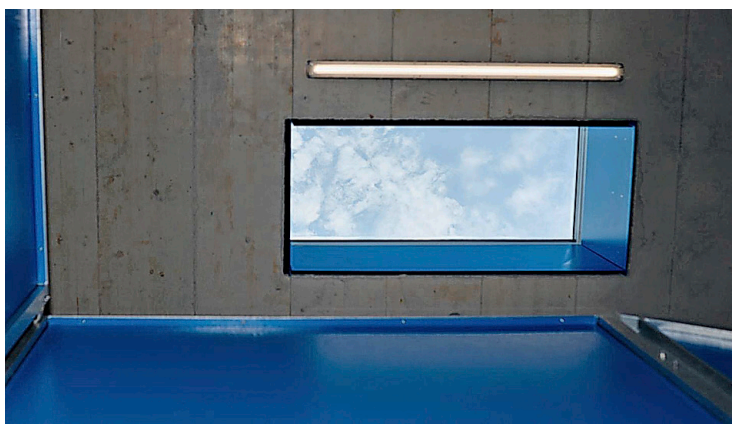
Atelier mit Weitsicht: Blick in den Arbeitsraum für Kulturschaffende im 3. Stock des neuen Gebäudetraktes in der Roten Fabrik. Foto: Silas Zindel

### Denkmalgeschützter Bau erhält Farbe

Der Anstrich ist auch das Erste, was auffällt: Marineblau, Signalgrün und Pechschwarz sind die dominierenden Farben im Treppenhaus. Zumindest dort, wo man den Sichtbeton übermalt hat. Zwischen neuen Brandschutztüren, Lift und Lukarnen könnte man fast vergessen, dass man sich in einem denkmalgeschützten Bau befindet.

In den Arbeitsräumen, die nicht komplett neu gebaut, sondern saniert wurden, sind die alten Gebäudestrukturen, das Gebälk und die ursprünglichen Säulen noch zu sehen.

Auch die Aktionshalle, der grösste Eventraum in der Roten Fabrik, ist zumindest in ihren Grundzügen unverändert. Neu verfügt sie über eine wesentlich leistungsstärkere Lüftung, Schallschutzwände und eine feuerfeste Stahlbetondecke. Neu ist auch hier der Anstrich: ein den Ziegelfarben ähnelndes Rot gepaart mit viel Schwarz. Türen und Türrahmen sind in Signalgrün gehalten, um sie dergestalt als Notausgänge erkennbar zu machen.



Decke mit Durchblick: Eine Lukarne im neuen Treppenhaus aus Sichtbeton mit marineblauen Elementen. Foto: Silas Zindel

Komplett erneuert: Die Galerie der Aktionshalle, die jahrelang nicht nutzbar war, während der Bauarbeiten. Foto: Baugeschichtliches Archiv

Die Galerie der Aktionshalle ist zudem wieder offen. Sie konnte nach dem Brand aus Sicherheitsgründen während fast 14 Jahren nicht genutzt werden. Damit sind erneut Veranstaltungen und Konzerte für bis zu 1300 statt nur 900 Personen möglich. Die IG Rote Fabrik, verantwortlich für das Programm in der Aktionshalle, will erst noch schauen, was in der umgebauten Halle alles möglich ist. «2026 wird es dann richtig losgehen», sagen zwei Mitglieder der IG beim Rundgang.

Sicher ist, dass die Lethargy den Anfang macht. Das Festival für elektronische Musik und digitale Kunst gastiert vom 7. bis zum 10. August – dem Street-Parade-Wochenende – wieder in der Roten Fabrik und konnte für die Premiere in der neuen Aktionshalle das britische Elektroduo Leftfield gewinnen.

Erstmals können die Besucherinnen und Besucher der Halle dann ihre Taschen und Jacken an einer Garderobe abgeben. Der Verkauf von T-Shirts oder anderen Merchandising-Produkten findet neu in einem Nebenraum statt, damit die Fluchtwege im Eingangsbereich nicht verstellt sind. Ein weiteres Novum: Es gibt mehr Toiletten. Das lästige Schlangestehen dürfte sich so verkürzen.

### Zehn Jahre Verzögerung wegen Rekursen

Die Stadt Zürich wollte die vom Feuer verwüsteten Bereiche des Kultur- und Freizeitzentrums schon früher instand setzen. Die Ausschreibung für ein entsprechendes Sanierungsprojekt startete bereits im Sommer 2013. Zwei Jahre später erteilte die Bausektion der Stadt Zürich die Bewilligung für ein Sanierungsprojekt.

Doch dann schaltete sich eine Gruppe Anwohnende ein und bekämpfte den Bauentscheid. Der Streit zwischen den Rekurrierenden und der Stadt ging bis vor Bundesgericht. Dieses beurteilte die Kritik der Nachbarn am Projekt für unzureichend und wies die Beschwerde im Juli 2021 ab.

Erst mit diesem Urteil – fast zehn Jahre nach dem Brand – war der Weg frei für den Start der Instandsetzungsarbeiten. Aufgrund der Verzögerung verteuerten sich die Gesamtkosten für das Projekt jedoch, weil die Preise allgemein gestiegen sind und sich die gesetzlichen Anforderungen geändert haben.

Das denkmalgeschützte Fabrikensemble wurde 1892 nach Plänen des Schweizer Architekten Carl Arnold Séquin erbaut. Für die aktuellen Instandsetzungsarbeiten zeichnen Kaufmann Widrig Architekten mit dem Architekturbüro Bosshard und Partner verantwortlich.

# Bei minus 110 Grad Celsius in Badehosen frieren

**Im Test: Kältekammer** Einst der Medizin vorbehalten, wird die Kältetherapie auch bei der breiten Masse immer beliebter. Weshalb?

Es ist ein schwülwarmer Nachmittag in Zürich, 31 Grad, und ich bin leicht verschwitzt – eine Abkühlung ist da willkommen. Die gibt es diesmal aber nicht in Form einer Glace oder eines Sprungs in die Limmat, sondern in einer Kammer bei minus 110 Grad Celsius.

«Fresh und cool in nur drei Minuten», verspricht ein Schild vor dem Kältetherapie-Zentrum «Cryodukt X Coolzoone» beim Viadukt. Dort befindet sich «die erste und bisher einzige Minus-110-Hochleistungs-Kältekammer in Zürich», wie die Geschäftsführerin Paula Kasper betont.

### Kältetherapie wurde zu Trend in Sport und Lifestyle

Das Zentrum erinnert mit der weiss-hellblauen Farbgebung an ein Spa. Überall sind Schlagwörter wie «Zellverjüngung» oder «Longevity» zu lesen. Neben der Kältetherapie könnte man seinen Körper hier auch einem 3D-Scan unterziehen oder der Rotlichttherapie. Im Hintergrund stösst eine Gerätschaft regelmässige Dampfgeräusche aus.

Die Kältetherapie oder Kryotherapie ist eigentlich ein medizinisches Behandlungsverfahren und wird beispielsweise bei der Rheumatherapie eingesetzt. Im Leistungssport dienen die eisigen Temperaturen unter anderem der schnelleren Regeneration nach Verletzungen. Spätestens mit dem Longevity-Trend sind die Kältekammern auch im Lifestyle-Bereich angekommen. «Man ist danach sofort gut gelaunt, erfrischt und wach. Die Glückshormone Endorphin und Dopamin werden ausgeschüttet», sagt Paula Kasper.

Bevor ich mich selbst von den angepriesenen Vorteilen überzeugen lassen kann, fülle ich einen Fragebogen zu meinem gesundheitlichen Zustand aus. Damit soll sichergestellt werden, dass ich beispielsweise keine Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Durchblutungsstörungen habe. Sonst wäre die Therapie unter Umständen nur bedingt empfehlenswert.

Im Kältetherapie-Zentrum «Cryodukt X Coolzoone» beim Viadukt geht man von Kammer zu Kammer. Foto: Silas Zindel

Eine weitere Sicherheitsmassnahme stellt die doch eher ungewöhnliche «Kältekammer-Schutzuniform» dar: Wintermütze, Handschuhe, Hygienemaske, Badehose und Socken in Crocs. Empfindliche Körperteile werden damit vor Erfrierungen geschützt.

Halb nackt kommt vor der Kammer schon kurz ein mulmiges Gefühl auf – kürzlich verstarb in Paris eine Frau bei der Kältetherapie. «In Paris war es ein System mit Stickstoff. Unsere Kältekammer hat ein elektrisches System – das sicherste auf dem Markt», sagt Paula Kasper. Na dann – rein gehts.

In der ersten Kammer herrschen minus 10 Grad, damit der Körper abtrocknen kann. Vor der gläsernen Tür steht ein Mitarbeiter des Kältezentrums und hebt nach 20 Sekunden den Daumen. Das Zeichen, um in die nächste Kammer zu gehen. Die Kammern sind durch Türen verbunden.

Es folgt das gleiche Spiel bei minus 60 Grad, bevor es dann für rund drei Minuten bei minus 110 Grad in die dritte Kammer geht. Der Mitarbeiter begleitet mich aussen weiter.

### Starres Gefühl wird in der Kältekammer weggetanzt

«Push It to the Limit» von Paul Engemann dröhnt im gefrorenen Raum. Die Gäste können ihren Song selbst wählen. Nach einer Minute fühlt sich der Körper starr an. Ich beginne zu tanzen. Am stärksten macht sich die Kälte durch ein ungewohnt kribbeliges Gefühl beim Atmen bemerkbar. Fast so, als würde sich eine dünne Eisschicht bilden, die durch die Atemstösse immer wieder durchbrochen wird.

Als die roten Ziffern im Innern 2 Minuten 40 Sekunden anzeigen – die Zeit, die mir aufgrund von Körpergrösse und Gewicht empfohlen wurde –, stürme ich raus. Dass vor dem Verlassen nochmals je 20 Sekunden in den ersten beiden Kammern Teil der Prozedur wären, ging in der Kälte vergessen.

Den Dopaminkick und die Euphorie verspüre ich definitiv. Der Kopf fühlt sich leicht an, wie nach einem Wellnessaufenthalt. Aber auch leicht diffus. Die minus 110 Grad habe ich mir trotzdem irgendwie kälter vorgestellt. Es gibt Tee, dann geht es wieder raus ins 140 Grad wärmere Zürich.

**Niels Bossert**

In unserer neuen Rubrik «Im Test» testet die Stadtleben-Redaktion regelmässig neue Freizeit-, Food- oder Wellnessangebote.