

Als Partner der Talking Food-Sonderschau ist die Gesundheitsinitiative „Deutschland bewegt sich!“ auf der Grünen Woche in Berlin

Wuppertal (13.01.2006) „Deutschland bewegt sich!“ bewegt vom 13. bis 22. Januar die Besucher auf der Internationalen Grünen Woche (IGW) in Berlin. In Halle 03.2, Stand 102 lädt die große Gesundheitsinitiative als Partner von „KINDERLEICHT on tour!“ jedermann zu vielen Bewegungs- und Mitmachaktionen ein.

Nach der Devise „Besser essen. Mehr bewegen. KINDERLEICHT“ ergänzen sich hier die Ernährungsberatung des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) und „Deutschland bewegt sich!“, die große Gesundheitsinitiative von BARMER, BILD am Sonntag und ZDF.

Neben Vorführungen und Vorträgen können die Besucher auch selbst aktiv werden. Zum Beispiel bei einem neuartigen Fitnesstest, den die BARMER in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Turner-Bund anbietet. Alle Besucher der Grünen Woche haben die Gelegenheit, in ca. 15 Minuten ihre Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination zu überprüfen und sich – je nach Ergebnis – entsprechende Programme empfehlen zu lassen. BARMER Versicherte können damit auch noch Bonuspunkte sammeln, bei erfolgreicher Teilnahme gibt es 100 Bonuspunkte im Rahmen des BARMER-Bonusprogramms „aktiv pluspunkten“. Qualifizierte Übungsleiter des Berliner Turnerbundes begleiten den Test, der von den Professoren Klaus Bös (Universität Karlsruhe) und Walter Brehm (Universität Bayreuth) in

Information

Zusammenarbeit mit dem Deutschen Turnerbund (DTB) entwickelt wurde.

Wie viel Spaß sportliche Bewegung bringt, können Besucher der „Deutschland bewegt sich!“-Präsentation an verschiedenen Beispielen erleben. Zu solchen Mitmachaktionen laden Magdalena Breska, 26-fache Deutsche Meisterin der Rhythmischen Sportgymnastik, Jochen Wollmert, Europa- und Weltmeister sowie Paralympicsieger im Tischtennis und Astrid Funken, Präventionsexpertin der BARMER, ein. Mit Heiko Zillich kann man ein Ergometertraining absolvieren, bei dem mit Hilfe des V.I.P.-Trainers (Virtueller Personal Trainer) von Dealok das persönliche Leistungsniveau und der Trainingsverlauf analysiert werden, oder sich mit dem Sportlehrer Magnus Liepens am FLEXI BAR versuchen. Einzutauchen in die Welt der gesunden Bewegung gilt es auch mit Nordic Walking, Thera Band und Tischtennis.

BILD am SONNTAG, Deutschlands schnellstes Magazin, ist mit einem Wissensquiz rund um das Thema Prävention, Gesundheit und Bewegung vertreten. Dazu kommt das aktuelle Bewegungsrätsel der BARMER, in dem es um 15 Fragen rund um die Bewegung geht.

Die Gesundheitsinitiative „Deutschland bewegt sich!“ von BARMER, Deutschlands größter Krankenkasse, BILD am Sonntag und ZDF für ein gesünderes, besseres und längeres Leben, hat in den vergangenen knapp drei Jahren bereits mehr als 16 Millionen Menschen bewegt. Die Grüne Woche ist die ideale Plattform, sich über gesunde Ernährung zu informieren und motivieren zu lassen zu persönlicher Prävention durch Bewegung.