

500 Kilogramm abgespeckt

Modellprojekt „Gesund und fit in Gottenheim“ geht in die nächste Runde

Gottenheim. Von erstaunlichen Erfolgen konnte Bürgermeister Volker Kieber kürzlich im Rathaus berichten. Der Bürgermeister und die betreuenden Ärzte Dr. Hans-Peter Friedrichsen und Dr. Hans-Peter Boschert gaben dort einen Zwischenbericht zum Projekt „Gesund und fit in Gottenheim“, das Anfang des Jahres als Modellprojekt in der Gemeinde gestartet wurde.

Der Bürgermeister, der selbst seit einigen Wochen in das Projekt integriert ist, betonte die hohe Qualität des Programms, das auf dem „Gesumed-Konzept“ von Dr. Hans-Peter Friedrichsen basiert. Circa 40 Bürgerinnen und Bürger aus Gottenheim nehmen derzeit an „Gesund und fit in Gottenheim“ teil. Inhalte sind eine intensive medizinische Voruntersuchung, ein individuelles Ernährungskonzept und die Möglichkeit in der Fitness Factory in Umkirch körperlich aktiv zu sein. Nach zwölf Wochen folgt eine abschließende ärztliche Untersuchung. Noch bis Oktober können Gottenheimer sich im Bürgerbüro des Rathauses für das Projekt anmelden; „Gesund und fit in Gottenheim“ läuft als Modellprojekt zum Jahresende aus.

„Zusatzinvestitionen in neue Kleider kommen dazu“, berichtete Dr. Hans-Peter Friedrichsen im Rathaus. Denn alle Teilnehmer können sich neben einer gesteigerten Fitness über eine deutliche Gewichtsabnahme freuen. Insgesamt haben die Gottenheimer gemeinsam schon



Das Projekt „Gesund und fit in Gottenheim“ hat in der Gemeinde Fuß gefasst. Auch der Bürgermeister (vorne, 2. von rechts) hat abgespeckt. Foto: ma

circa 500 Kilogramm abgenommen, berichtete der Bürgermeister. „Zwei bis drei Kleidergrößen können schon sein“, stellt Dr. Friedrichsen in Aussicht. Auch das international tätige Unternehmen Carl Stahl Kromer hat an seine Niederlassung in Gottenheim das Gesumed-Konzept entdeckt und stellt es zur Steigerung der Fitness und des Wohlbefindens den Mitarbeitern in Gottenheim zur Verfügung. „Zehn Prozent unserer Belegschaft können mitmachen“, so Produktmanager Thomas Steinle. Gemeinsam mit Projektleiter Tobias Thieme stellte Steinle im Rathaus „das kleinste Fitnessstudio der Welt“ vor, ein Fitnessgerät, das gerade bei Carl Stahl Kromer entwickelt wurde. „Es freut uns besonders, dass wir mit der Firma Carl Stahl Kromer eine Firma gewinnen konnten, die ein innovatives Fitness- und Walkinggerät entwickelt hat, das in den Trainingsplan der Gesumed-Teilnehmer aufgenommen werden

kann“, betont Bürgermeister Volker Kieber. Mit dem Pro-X Walker hat das Gottenheimer Unternehmen Carl Stahl Kromer ein Fitness- und Walkinggerät entwickelt, das sich in erster Linie zum Aufbau der Grundlagenausdauer eignet. Eine sportwissenschaftliche Studie der Universität Stuttgart attestiert eine erhöhte Muskelaktivität im Oberkörper beim Training mit dem neuen Gerät im Vergleich zum Walking.

Nach dem Gespräch im Rathaus starteten Bürgermeister Volker Kieber und Mitglieder des Gottenheimer Sportvereins, sowie Dr. Boschert und Karin Bruder von der Gemeindeverwaltung unter der Leitung von Tobias Thieme zu einem Rundkurs, um das Gerät auszuprobieren. „Das macht richtig Spaß“, freute sich der Bürgermeister.

Informationen zu „Gesund und fit in Gottenheim“ gibt es im Rathaus oder im Internet unter www.gesumed.de.
Marianne Ambs