

Pressemitteilung

Seite 1 von 3

Hamburg, 26.04.2016

Lauftreff: Fit mit Weitsprung-Ass Nadja Käther

Dienstag, 10.05.2016: Promi-Lauftreff der BKK Mobil Oil an der Alster



Nadja Käther will 2016 nach Rio. Vorab hat jeder Hamburger die Gelegenheit, mit der sympathischen Weitspringerin zu trainieren – beim kostenfreien Lauftreff der BKK Mobil Oil. Bildnachweise (v. l.): Bernd Ratzke HVB Club, Dirk Gantenberg.

Läufer und Leichtathletik-Fans aufgepasst: Am **Dienstag, 10.05.2016**, kommt **Nadja Käther** zum kostenfreien Lauftreff der BKK Mobil Oil. Kurz vor der heißen Phase der Wettkampfsaison wird die Weitspringerin vom Hamburger SV beim Lauftreff mit trainieren und erzählen, wie sie ihren großen Traum der Olympia-Teilnahme erreichen möchte.

Treffpunkt: 19:00 Uhr am AlsterCliff, Fährdamm 13, 20148 Hamburg. Der Lauftreff der BKK Mobil Oil ist kostenfrei. Freizeit- bis ambitionierte Läufer können jeden Dienstag unter professioneller Anleitung trainieren – regelmäßig auch mit Promis und Profi-Sportlern. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen: www.bkk-mobil-oil.de/lauftreff

Nadja Käther (27) hat an mehreren Welt- und Europameisterschaften teilgenommen. Mit den Deutschen Meisterschaften in Kassel beginnt Mitte Juni die heiße Phase ihrer Wettkampfsaison. „Dort entscheidet sich, wer bei der EM in Amsterdam starten darf. Nach der EM wird final für Olympia nominiert. Aktuell sind wir etwa acht Frauen, die um drei Startplätze kämpfen. Wenn ich gesund bleibe, werde ich da ein Wörtchen mit zu reden haben. **Mein Ziel ist ganz klar: die Qualifikation für die EM in Amsterdam und die Olympischen Spiele in Rio.**“

Betriebskrankenkasse Mobil Oil: Körperschaft öffentlichen Rechts mit Sitz in München. Vertreten wird die BKK Mobil Oil durch den Vorstand: Mario Heise (Vorstandsvorsitzender), Wolfgang Schnaase, Dr. Gerhard Rachor. Betriebskrankenkasse Mobil Oil, Friedenheimer Brücke 29, 80639 München. Gemäß §§ 87 bis 90a SGB IV unterliegt die BKK Mobil Oil der Rechtsaufsicht des Bundesversicherungsamts.

Ganzjähriges, abwechslungsreiches Training

Der BKK Mobil Oil Lauftreff an der Alster findet **ganzjährig** statt. Immer dienstags ab 19:00 Uhr wird eine Stunde trainiert – **bei jedem Wetter**. Sportlicher Leiter ist **Nils Goerke, Triathlontrainer und ehemaliger Triathlonprofi**. „Ich werde in jeder Trainingseinheit vor allem an der Lauftechnik arbeiten: versuchen den Läuferinnen und Läufern ein Gefühl zu vermitteln, was es heißt, dynamisch und zugleich ökonomisch zu laufen. Und ich möchte die **Freude am Laufen** vermitteln. Dazu kommen diverse Trainingsinhalte, wie Sprungläufe, Intervallläufe, Tempowechseläufe usw.“ Ob **Lauf-ABC, Lauf-Technik, Stabilitätsübungen oder Ausdauertraining**: Das Training ist abwechslungsreich und individuell. Egal, ob es um das reine Fithalten geht, den nächsten 5- oder 10 km-Lauf oder um effektives Marathontraining – das Lauftreff-Team unterstützt die Teilnehmer, ihr Ziel auf gesunde Weise zu erreichen.

Weitere Informationen zum Lauftreff unter www.bkk-mobil-oil.de/lauftreff sowie in der TrainingsZone auf Facebook unter www.facebook.com/trainingszone.

Pressekontakt:

BKK Mobil Oil Pressestelle
Telefon: 040 / 3002 - 11401
E-Mail: pressestelle@bkk-mobil-oil.de

Gesprächsstoff, Marketing- und PR-Beratung
Heidi Willmann
Telefon: 08142 / 284 25 54, 0179 / 39 86 809
E-Mail: h.willmann@gespraechsstoff.com

Die Betriebskrankenkasse Mobil Oil auf einen Blick:

Mit über 1 Million Versicherten gehört die Betriebskrankenkasse Mobil Oil heute zu den Top 20 im System der gesetzlichen Krankenversicherung in Deutschland. Die Kunden der BKK Mobil Oil profitieren von einer TÜV-geprüften „Direkt-Service-Garantie“ und einem umfangreichen Leistungsangebot. Die BKK Mobil Oil wurde dafür mehrfach ausgezeichnet – unter anderem als „Top-Krankenkasse für Familien“ und „Top-Krankenkasse für Sportler“. Persönlich betreut werden die Versicherten in den Geschäftsstellen Celle, Hamburg, Heusenstamm und München.

Weitere Informationen zur BKK Mobil Oil unter www.bkk-mobil-oil.de.

Betriebskrankenkasse Mobil Oil: Körperschaft öffentlichen Rechts mit Sitz in München. Vertreten wird die BKK Mobil Oil durch den Vorstand: Mario Heise (Vorstandsvorsitzender), Wolfgang Schnaase, Dr. Gerhard Rachor. Betriebskrankenkasse Mobil Oil, Friedenheimer Brücke 29, 80639 München. Gemäß §§ 87 bis 90a SGB IV unterliegt die BKK Mobil Oil der Rechtsaufsicht des Bundesversicherungsamts.

Betriebskrankenkasse Mobil Oil: Körperschaft öffentlichen Rechts mit Sitz in München. Vertreten wird die BKK Mobil Oil durch den Vorstand: Mario Heise (Vorstandsvorsitzender), Wolfgang Schnaase, Dr. Gerhard Rachor. Betriebskrankenkasse Mobil Oil, Friedenheimer Brücke 29, 80639 München. Gemäß §§ 87 bis 90a SGB IV unterliegt die BKK Mobil Oil der Rechtsaufsicht des Bundesversicherungsamts.