

Pressemitteilung

Seite 1 von 3

München, 23.06.2016

Lauftraining mit Taekwondo-Weltmeister

Dienstag, 28.06.2016: Markus Klingl beim kostenfreien BKK Mobil Oil Lauftreff im Englischen Garten



Tagsüber Steuerberater, Abends und am Wochenende Spitzensportler – der mehrfache Taekwondo-Weltmeister Markus Klingl.
Bildnachweis: privat.

Läufer, aufgepasst: Für **Dienstag, 28.06.2016**, lädt die **BKK Mobil Oil** wieder zu einem besonderen Lauftreff ein: der **mehrfache Taekwondo-Weltmeister Markus Klingl** wird dann mittrainieren und erzählen, wie er den **Spagat zwischen seinem Beruf als Steuerberater und Spitzensport** schafft. Der Lauf dauert eine Stunde. Im Anschluss findet ein 30-minütiges Athletiktraining statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Treffpunkt: 19:00 Uhr, vor dem HVB Club (www.hvbclub.de), Am Eisbach 5. Weitere Informationen: www.bkk-mobil-oil.de/lauftreff.

Sieben Medaillen bei der WM 2016

Bei der **WM im Mai** in Sindelfingen überzeugte Markus Klingl erneut: Er sicherte sich **eine Gold-, vier Silber- und zwei Bronzemedailien**. Erst mit 15 Jahren hat der heute 28-Jährige mit der koreanischen Kampfkunst angefangen. Sein nächstes Ziel ist die WM (eines anderen

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.

Verbands) im September in Bad Kissingen. Auch dort möchte er wieder ganz oben auf dem Treppchen stehen. An drei Abenden pro Woche trainiert er für seinen Sport-Erfolg, vor Wettkämpfen auch an fünf Abenden. Tagsüber ist Markus Klingl als Steuerberater in München tätig. Um sein Wissen weiterzugeben, trainiert er einmal wöchentlich den Taekwondo-Nachwuchs in Sankt Ottilien.

Zwei Mal pro Woche unter professioneller Anleitung trainieren

Der kostenfreie BKK Mobil Oil Lauftreff findet **ganzjährig** statt – von April bis Ende Oktober **jeden Dienstag und Donnerstag**; während der kalten Monate wird immer dienstags gelaufen. Beginn ist jeweils um 19:00 Uhr. Trainiert wird stets **eine Stunde, bei jedem Wetter, außer an Feiertagen**. Für Freizeit- bis ambitionierte Läufer stehen vier Laufgruppen zur Wahl. Geleitet werden sie von Sportwissenschaftlern und erfahrenen Coaches. Noch bis August findet jeden Dienstag nach dem Laufen ein **Athletiktraining** statt. 30 Minuten lang lernen die Teilnehmer das Lauf-ABC, kräftigen die Muskulatur und optimieren Laufstil und Koordination.

Lauftreffs mit Experten und Prominenten

Bei regelmäßigen **Service-Lauftreffs** informieren Experten in den 15 Minuten vor dem Start zum Thema. Zur Motivation der Teilnehmer haben in den vergangenen elf Jahren **mehr als 60 Prominente** mittrainiert, Trainingstipps und Autogramme gegeben – beispielsweise die Gold-Rodler Felix Loch und Natalie Geisenberger, die Skistars Fritz Dopfer, Martina Ertl-Renz und Markus Wasmeier, die Paralympics-Sieger Verena Bentele und Gerd Schönfelder, die Triathlon-Asse Faris Al-Sultan und Dr. Katrin Esefeld, die Moderatoren Pierre Geisensetter, Monica Ivancan, Tina Kaiser u. v. m.

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

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.

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.