

Pressemitteilung

Seite 1 von 3

Hamburg, 28.06.2017

Vor ihrem großen Comeback: Lauftraining mit der „Killer-Queen“

**Dienstag, 11.07.2017: Box-Weltmeisterin Susi Kentikian beim kostenfreien
Lauftreff der BKK Mobil Oil an der Alster**



Susi Kentikian kehrt in den Boxring zurück. Beim BKK Mobil Oil Lauftreff berichtet sie über ihre Vorbereitung und joggt mit. Wer mit der Powerfrau trainieren möchte, ist herzlich eingeladen. Bildnachweise (v. l.): privat, Henning Angerer.

Läufer und Boxfans haben am Dienstag, 11.07.2017, die einmalige Gelegenheit, eine Stunde mit „Killer-Queen“ Susi Kentikian (29) an der Alster zu trainieren. Die Box-Weltmeisterin nimmt am kostenfreien Lauftreff der BKK Mobil Oil teil. Wenige Wochen vor ihrem nächsten Kampf wird sie mitlaufen und erzählen, wie sie sich nach fast einjähriger Boxpause auf ihr Comeback vorbereitet. Treffpunkt: 19:00 Uhr am Café AlsterCliff, Fährdamm 13, 20148 Hamburg. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Der BKK Mobil Oil Lauftreff ist für Jedermann offen. Freizeit- und ambitionierte Läufer können dabei jeden Dienstag unter professioneller Anleitung trainieren. Zur Motivation der Teilnehmer laufen regelmäßig prominente Sportler mit. www.bkk-mobil-oil.de/lauftreff

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.

„Ohne Boxen kann ich nicht“

Nach Platz 6 in der RTL-Show „Let's Dance“ möchte Susi Kentikian wieder durch den Boxring tänzeln. Bereits im August oder September soll ihr nächster Kampf stattfinden. „Ohne Boxen kann ich nicht“, erklärt die amtierende WIBF-Weltmeisterin und „Deutschlands Boxerin des Jahres“ (2015). Möglicherweise wird sie in einer neuen Gewichtsklasse antreten: Sie überlegt, vom Fliegengewicht (50,8 Kilo) ins Junior-Bantamgewicht (52,2 Kilo) aufzusteigen. Für ihre Rückkehr in den Ring trainiert die 1,55 Meter große Powerfrau (39 Kämpfe, 36 Siege) bereits wieder täglich. Auf den Lauftreff ist sie gespannt: „Ich freue mich auf viele gut gelaunte Läufer und eine schöne, gemeinsame Trainingseinheit. Mal sehen, vielleicht kann ich dem ein oder anderen auch einen Trainingstipp geben. Kommt alle vorbei – und keine Angst, wir laufen nur, wir boxen nicht!“

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. Nils Goerke, Triathlontrainer und ehemaliger Triathlonprofi, leitet den Lauftreff. Was erwartet die Teilnehmer? „Beim Lauftreff geht es nicht um Schnelligkeit, sondern um Freude am Laufen. In jeder Trainingseinheit arbeiten wir an der Lauftechnik – das heißt, wir zeigen den Läufern, wie sie dynamisch und zugleich ökonomisch laufen. Dazu kommen diverse Trainingsinhalte, wie Sprungläufe, Intervallläufe oder Tempowechseläufe.“ Das Training ist abwechslungsreich und individuell, geeignet für alle Leistungsklassen. Ob man sich nur fit halten oder für einen Volkslauf oder Marathon trainieren möchte – das Lauftreff-Team unterstützt alle Teilnehmer, ihr Ziel auf gesunde Weise zu erreichen.

Treffpunkt für das Lauftraining an der Alster

Das Café AlsterCliff, Fährdamm13, ist Treffpunkt in der Sommersaison (04.04.2017 bis einschließlich 26.09.2017). In der Wintersaison (03.10.2017 bis einschließlich 27.03.2018) treffen sich die Teilnehmer im Fitness First, Glockengießerwall 3 (gegenüber dem Hauptbahnhof), 20095 Hamburg. Während der kalten Monate können alle Lauftreff-Teilnehmer dienstags kostenlos die Umkleiden, Duschen, Fitnessräume und die Saunawelt nutzen.

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.

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

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@gesprachsstoff.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.