

PRESSEMITTEILUNG

Am 15. August in Travemünde/Ostsee: „Elfmeterschießen“ mit Ex-Profis

Bewegungsangebote für Urlauber bei der Diabetes-Sommertour

Berlin, 17. Juli 2024 – 11 Millionen Menschen in Deutschland haben Diabetes und jede Minute kommt eine Neuerkrankung hinzu. Grund genug für die gemeinnützige Organisation diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe, mit ihrer Veranstaltung „Diabetes-Sommertour“ dahin zu gehen, wo Menschen Diabetesaufklärung am wenigsten vermuten: am Strand im Urlaub. Einige der Risikofaktoren, an Diabetes Typ 2 zu erkranken, sind neben ungesunder Ernährung und genetischer Disposition vor allem Übergewicht und Bewegungsmangel. Um die Menschen mit und ohne Diabetes zum Mitmachen zu begeistern, werden am 15. August im Brügmanngarten in Travemünde gleich drei verschiedene Bewegungseinheiten angeboten: „Elfmeterschießen mit und gegen Ex-Profis“ wie Torwart Richard Golz und Europameister Thomas Helmer, Fitnessübungen für jederfrau und jedermann mit YouTuberin Gabi Fastner und gratis E-Bike-Testen. Der Eintritt ist frei.

„Bewegung muss Spaß machen, sonst wird sie nicht gemacht, jedenfalls nicht auf Dauer – das wissen wir seit Jahren. Für den Einstieg müssen die Angebote so niederschwellig wie möglich sein. Jeder muss theoretisch mitmachen können“, sagt Nicole Mattig-Fabian, Geschäftsführerin von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe, der Veranstalterin der Diabetes-Sommertour in Travemünde unter der Schirmherrschaft von Ministerpräsident Daniel Günther.

„Das positive Flair der Fußball-Europameisterschaft mitnehmend bieten wir um 13.00 Uhr für die Urlauber ein „Elfmeterschießen“ gegen den Ex-HSV-Torwart Richard Golz an, kommentiert von Sportschau-Legende Monica Lierhaus“, erklärt Mattig-Fabian. 453 Bundesliga-Spiele hat Richard Golz (56) hinter sich und unzählige Elfmeterschießen erlebt. Für einen Torwart der schwierigste Moment, denn die Schützen verwandeln statistisch gesehen drei von vier Elfmeter, rund 75 Prozent. Der Rest wird gehalten oder geht am Tor vorbei. „Dass einem beim Elfer auch schon mal die Nerven versagen können, haben wir wieder jüngst bei der Europameisterschaft sehen können. Den Urlaubern wird es Spaß bereiten, diesen Nervenkitzel mal auszuprobieren.“

Wer nicht gegen den Ball treten will, dem gefällt eventuell das Fitnessangebot auf dem grünen Rasen von YouTuberin Gabi Fastner: von Herzkreislauftraining über Faszien bewegen oder Wirbelsäulengymnastik bis hin zum entspannten Rücken ist alles dabei.

Ab 11 Uhr kann man außerdem gratis eins von 16 E-Bikes testen. „Studien haben inzwischen eindeutig die gesundheitsfördernde Wirkung des E-Bike-Fahrens belegt, auf Dauer wird auch der Blutzuckerspiegel gesenkt“, erklärt Mattig-Fabian.

Unterstützt wird die Diabetes-Sommertour durch die Hauptsponsoren Abbott, Astra Zeneca, Dexcom sowie die weiteren Sponsoren Beurer, Glucura, Süßstoff-Verband.

Medienpartner der Diabetes-Sommertour ist der Wort & Bild Verlag, in dem unter anderem der *Diabetes Ratgeber*, die *Apotheken Umschau* und der *Senioren Ratgeber* erscheinen.

Terminhinweis:

Diabetes-Sommertour 2024

Donnerstag, 15. August 2024, 11.00 bis 17.00 Uhr

Brüggmanngarten in Travemünde.

Eintritt frei.

Weitere Infos unter <https://www.diabetesde.org/veranstaltung/diabetes-sommertour-2024>

Ihre Kontakte für Rückfragen:

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)
Albrechtstr. 9
10117 Berlin
Tel.: +49 (0)30 201 677-12
Fax: +49 (0)30 201 677-20
E-Mail: mattig-fabian@diabetesde.org
www.diabetesde.org
www.deutsche-diabetes-hilfe.de

Thieme Communications
Julia Hommrich
Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart
Tel.: +49 (0)711 8931 423
Fax: +49 (0)711 8931 167
E-Mail: hommrich@medizinkommunikation.org
www.diabetesde.org
www.deutsche-diabetes-hilfe.de

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe ist die führende deutsche Gesundheitsorganisation für aktuell 11 Mio. Menschen mit Diabetes mellitus. Wir setzen uns aktiv für die Interessen und eine bessere Lebensqualität der Betroffenen, ihrer Angehörigen sowie der Risikopatientinnen und -patienten ein. Wir helfen Menschen mit Diabetes. Mit verlässlichen, wissenschaftlich fundierten Informationen und praktischen Tipps. Jeden Tag, immer aktuell.

Unsere Vision ist, die Zahl von jährlich 600 000 Neuerkrankungen dauerhaft zu senken und bei allen Diabetes-Typen Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Spendenkonto Sozialbank, IBAN: DE63 3702 0500 0001 1888 00, BIC: BFSWDE33XXX