

Trimmen für Olympia und den Köln-Marathon

TRIMM-GERÄTE Die eine träumt von einer Teilnahme an den Olympischen Spielen in ein paar Jahren, der andere von einer neuen Bestzeit beim „Business Run Cologne“ in ein paar Tagen. **Julia Loselein**, im Vorjahr deutsche Vizemeisterin im Judo, will nach zwei Kreuzbandrissen zu alter Form zurückfinden. **TV-Schauspieler Daniel Aichinger**, Hauptdarsteller in der RTL-Soap „Alles was zählt“, trainiert für verschiedene Laufwettbewerbe. Gemeinsam weithen die beiden nun die neue Trimmfit-Station im Grüngürtel (Nähe Vogelsanger Straße) ein. Die Trimmstation, die eher wie zwei futuristische Klettergerüste wirkt, ist von Fitness-Trainer **Jean-Phillippe Klaack** und der Kölner Sportagentur Nao-Fit konzipiert worden – als zeitgemäße Variante des klassischen Trimm-dich-Pfades aus den 70er Jahren.

„An diesen Geräten lassen sich rund 300 verschiedene Übungen zur Stärkung der Muskulatur an Beinen, Rücken, Brust und Bauch machen“, sagt Klaack. „Nach dem Blücherpark ist das die zweite Station ist Köln. Bun-

desweit gibt es ein gutes Dutzend.“ Für Judomeisterin Loselein auch nichts Neues: „Bei Turnieren in Japan und Korea habe ich gesehen, dass die dort auf fast jedem Spielplatz rumstehen.“ Auch aus der eigenen Reha-Arbeit sei sie mit den Übungen vertraut. „Das Gerät ist schon eine gute Hilfe.“ Vielleicht auch auf dem Weg zu Olympia. Denn die Spiele in London im Jahr 2012 und vier Jahre später in Rio de Janeiro hat Loselein, die seit vier Jahren in Köln heimisch geworden ist, schon klar anvisiert.

Trimpmpartner Aichinger hat da doch etwas geringere Ansprüche. „Beim Business-Run und beim Köln-Marathon will ich versuchen, meine Zeiten aus dem Vorjahr zu unterbieten.“ Als Zusatzmotivation hat er zum Motto „scheucht Daniel“ im Internet ein Benefiz-Projekt gestartet. Bis jetzt sind mehr als tausend Euro zusammengekommen, eine Summe, die Aichinger in den nächsten Tagen noch zu verdoppeln hofft. Das Geld soll an die Hilfsaktionen „Der Sack“ und „Kindernöte“ gehen.

www.trimmfit.de



Judo-Vizemeisterin Julia Loselein und TV-Schauspieler Daniel Aichinger testeten als Erste die neuen Trimmgeräte.

BILD: HENNES