

## Pressemitteilung

### Spitzensportler bewegt Mitarbeiter in Mainz

Mainz, 18. Mai 2017 - Beachvolleyball-Olympiasieger Jonas Reckermann hat mit Mitarbeitern des Mainzer Logistik-Unternehmens JF Hillebrand Deutschland trainiert. Dies ist Teil des Präventionsprojekts „Spitzensportler bewegen Mitarbeiter“, das die BARMER ins Leben gerufen hat. In einem 30-minütigen Vortrag berichtete Reckermann vor Beschäftigten des Logistikers über seine Zeit als Profisportler. Er gab Motivationstipps und beantwortete Fragen. Danach folgten 60 Minuten Workout.

#### Prävention ohne erhobenen Zeigefinger

„Wenn wir die Menschen dazu bringen wollen, gesünder zu leben, müssen wir neue Wege gehen. Wichtig ist, dass wir sie im Alltag abholen – etwa im Beruf. Deshalb ist unser Projekt in das betriebliche Gesundheitsmanagement eingebettet“, erklärte Jutta Behrens, Beraterin Gesundheitsmanagement bei der BARMER. Dabei motivieren die Top-Athleten die Mitarbeiter von Unternehmen zu mehr Bewegung und geben Tipps für mentale Stärke. „Für unsere Beschäftigten ist es eine tolle Gelegenheit, von einem Profisportler direkt Tipps und Tricks für ein erfolgreiches Training im Alltag zu bekommen“, so Thomas Dörre, Direktor Finanzen/Personal bei JF Hillebrand Deutschland.

#### Von den Besten lernen

Die BARMER sendet Top-Athleten in Firmen, die dort über Höhen und Tiefen ihrer Karriere berichten und zeigen, wie sie auch in schwierigen Momenten wieder zurück zum Erfolg fanden. Die geschilderten Erfahrungen sollen auch für Beschäftigte im Berufsalltag nützlich sein und zum Beispiel helfen, die mentale Stärke zu verbessern.

Fitness, Zielstrebigkeit, Durchhaltevermögen und Disziplin – dies sind für Sportchampions wichtige Attribute. Als Leistungssportler stand Jonas Reckermann unter enormen Erfolgsdruck und berichtet: „Als Sportler bewegt man sich immer im Spannungsfeld zwischen externem Druck und der eigenen Erwartungshaltung. Siege und Rückschläge bergen sowohl Chancen als auch Risiken, der richtige Umgang hiermit ist ein entscheidender Faktor für eine erfolgreiche Karriere. Zudem agieren Beachvolleyballteams wie Unternehmen:

**Geschäftsstelle**

**Mainz**

Gutenbergplatz 12  
55116 Mainz

service@barmer-gek.de  
www.barmer.de

Markus Brunk  
Tel.: 0800 33 30 04 40 59 01  
markus.brunk@barmer.de

die richtige Auswahl eines Teams und die hierzu passende Arbeitsphilosophie sind ungemein wichtig für die Produktivität und den Erfolg.“

**Steffen, Schmitt & Co.**

Bundesweit sind je nach Region verschiedene Sportler im Einsatz. Mit dabei sind neben dem Goldmedaillengewinner im Beachvolleyball, Jonas Reckermann, auch der Skisprung-Olympiasieger Martin Schmitt und der Olympiazweite im Zehnkampf, Frank Busemann. Zudem unterstützen die dreifache Box-Weltmeisterin Ina Menzer, die dreifache Olympiagewinnerin im Biathlon, Kati Wilhelm, und die Doppel-Schwimm-Olympiasiegerin Britta Steffen die BARMER bei diesem Präventionsprojekt.

Mehr Informationen zu „Spitzensportler bewegen Mitarbeiter“ unter [www.barmer.de/f000531](http://www.barmer.de/f000531).

**Bildunterzeile:**

Olympiasieger Jonas Reckermann (M., weißes Shirt) trainiert Mitarbeiter von JF Hillebrand Deutschland.

**Foto: BARMER**