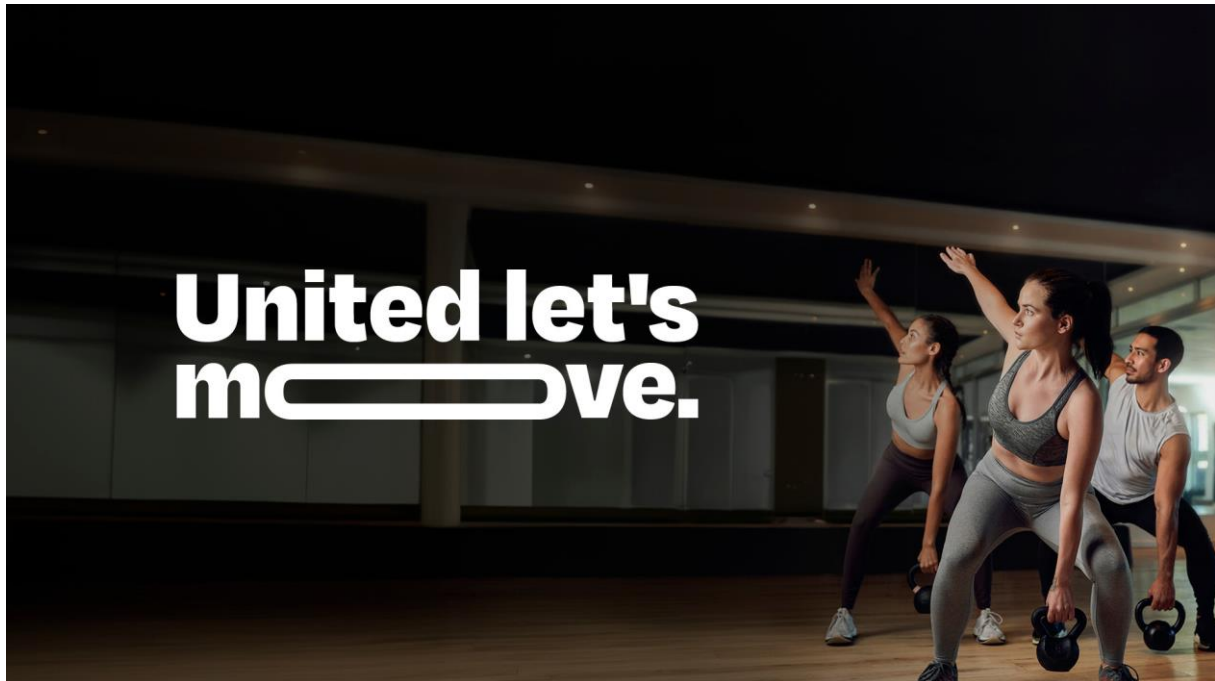




“United let’s move!”: eine Woche in über 850 Fitnessstudios gratis trainieren



Berlin, 17. September 2024. Unter dem Motto „Wir bewegen Deutschland“ startet die Initiative „United Let’s Move!“ vom 23. bis 30. September 2024 in über 850 Fitnessstudios in ganz Deutschland. Eine Woche lang erhalten alle Interessierten die Möglichkeit, kostenlos in den teilnehmenden Fitnessstudios zu trainieren und so die Freude an Bewegung und Fitnesstraining zu entdecken.

„United Let’s Move!“ ist Teil der Europäischen Woche des Sports – einer Kampagne der Europäischen Kommission, die jährlich Millionen Menschen in ganz Europa zu einem aktiven Lebensstil inspiriert. Jedes Jahr nehmen 40 Länder an der Initiative teil, die unter dem Motto **#BeActive** steht.

Auftaktveranstaltung in Berlin

Der diesjährige Start von „United Let’s Move!“ wird am 23. September 2024 im JOHN REED in Berlin-Friedrichshain mit einem großen Event gefeiert. Zu der Veranstaltung werden renommierte Gäste aus Politik, Medien und der Fitnessindustrie erwartet, die gemeinsam mit den beteiligten Unternehmen den Auftakt der Initiative begehen. Workouts von Boxerin Zeina Nassar und Prof. Dr. Stephan Geisler sowie Gespräche mit Expertinnen und Experten runden das Programm ab. Janosch Marx, Aufsichtsratsmitglied des DSSV e.V. (Arbeitgeberverband deutscher Fitness- und Gesundheitsanlagen) wird das Grußwort halten.



HEIMAT.

HEIMAT.
Janosch Marx

McFIT
MODELS



LOOX4





„United let’s move!“ bei der RSG Group

Die 1997 gegründete RSG Group nimmt dieses Jahr erstmalig mit ihren Marken McFIT, JOHN REED und Gold’s Gym an der Aktion teil. In über 200 unternehmenseigenen Studios können Nicht-Mitglieder in der besagten Woche jeden Tag zwischen 10 und 20 Uhr kostenfrei trainieren. „Wir freuen uns sehr darüber, dass wir dieses Jahr die Schirmherrschaft von „United let’s move!“ innehaben,“ erklärt RSG Group Co-CEO Dr. Jobst Müller-Trimbusch. „Erstmalig in der Geschichte der Initiative kommt deutschlandweit eine so beeindruckende Anzahl an Fitnessunternehmen zusammen, um gemeinschaftlich neue Zielgruppen anzusprechen und die Themen Fitness und Gesundheit voranzutreiben.“

Fitness für Körper und Geist

Sport ist nicht nur wichtig für die körperliche Fitness, sondern spielt auch eine entscheidende Rolle für das psychische Wohlbefinden. Regelmäßige Bewegung verbessert die Herz-Kreislauf-Gesundheit, stärkt Muskeln und Knochen und erhöht die Widerstandskraft gegen Krankheiten. So verringert körperliche Aktivität beispielweise die Entwicklung von 13 Krebsarten um bis zu 42 %. Zudem wirkt Sport nachweislich stressreduzierend, verbessert die Stimmung und fördert die mentale Gesundheit.

Janosch Marx vom DSSV betont die Bedeutung der Aktion: „*United Let’s Move!* Hat es sich zur Aufgabe gemacht, das Bewusstsein und die Begeisterung für einen aktiven Lebensstil und Fitness steigern. Körperliche Aktivität ist ein Schlüsselfaktor für das Wohlbefinden der gesamten Gesellschaft. Es ist daher unerlässlich, dass dieses Thema sowohl in der Öffentlichkeit als auch in der Politik mehr Aufmerksamkeit erhält.“

Deutschlandweit mitmachen

Dieses Jahr sind folgende Fitnessstudioketten beteiligt:

all inclusive Fitness | Beat81 | by linzenich | Clever Fit | FAMILIY FITNESS CLUB | Fitness First | FitX | Gold’s Gym | Holmes Place | JOHN REED | Jumpers Fitness | LADYlike | McFIT | PRIME TIME fitness | SPORTSCLUB4 | TOPFIT | wellyou Fitness | XTRAFIT

sowie zahlreiche Einzelstudios.

Eine Übersicht über alle Studios und die beteiligten Fachverbände findet sich hier:

www.unitedletsmove.de

