



Liegestütze mit Profi: Der ehemalige Schweizer Handball-Internationale Carlos Lima (rechts) kam zusammen mit den Kindern ins Schwitzen.

Bilder Christoph Jud

300 Kinder turnten mit Stars

Bewegungsmangel und falsche Ernährung sind die hauptsächlichsten Gründe für Übergewicht bei Kindern. Gestern motivierten Stars aus TV und Sport über 300 Arther Schulkinder zu mehr Fitness.

Von Christoph Jud

Arth. – Eine Studie des Labors für Humanernährung der ETH Zürich hat ergeben, dass sich die Zahl der überge-

wichtigen Kinder zwischen 6 und 12 Jahren in den letzten 20 Jahren mehr als verdreifacht hat. Die Anzahl fettliebiger Kinder hat sich gar versechsfacht. Eine andere Studie besagt, dass jedes dritte Kind in der Deutschschweiz zwischen 6 und 12 Jahren übergewichtig ist. Und fast jedes zwanzigste Kind in der Schweiz ist fettüchtig (adipös). Der Schweizer Franco Carlotto, der sechsmal Mr. World Fitness war, gründete die Initiative Fitness for Kids. Fitness vor Kids richtet sich an Kinder zwischen 6 und 12 Jahren und an deren

Eltern und Lehrpersonen.

Bewegen mit DJ-Bobo-Tänzer

Das Fitness-for-Kids-Team besucht jährlich zweimal die Primarschulen und zeigt den Schulkindern nachhaltig die Bedeutung von regelmässiger Bewegung, gesunder Ernährung und einer respektvollen Lebenseinstellung. Gestern war das Fitness-for-Kids-Team zum zweiten Mal dieses Jahr in den Schulhäusern in Arth. Nun galt es, bei einem Check-up festzustellen, ob die Kinder die Tipps vom

ersten Besuch umsetzen konnten. Mit verschiedenen Beweglichkeitsübungen wurde festgestellt, wie fit jeder oder jede Einzelne ist. Wenn einen dabei nicht wie üblich der Turnlehrer oder die Turnlehrerin kontrolliert, sondern ein Star aus Sport und TV, dann macht das natürlich besonders Spass.

So empfanden es die über 300 Schulkinder in der Turnhalle Arth. Dabei waren nämlich auch die prominenten Fitness-for-Kids-Botschafter Curtis Burger (Choreograf und Tänzer von DJ Bobo), Regula Späni (TV-Moderatorin SF), Fabienne Heyne (SF-MusicStar-Jurorin und SF-Glanz-&-Gloria-Workshop-Moderatorin) so-

wie Carlos Lima (Ex-Handball-Profi). Die Stars und Idole der Kinder motivierten diese, auch in Zukunft zum eigenen Körper Sorge zu tragen.

Stars gaben über 300 Autogramme:

Die beiden TV-Moderatorinnen Regula Späni (links), und Fabienne Heyne kamen wohl hauptsächlich vom Schreiben ins Schwitzen.

