

Baselland Woche

↑	AKTUELLES	DIVERSES	AUTO-NEWS	KULTUR	RÖMERFEST	FITNESS	SPORT	UMWELT	WIRTSCHAFT	POLITIK	FINANZEN	☰
---	-----------	----------	-----------	--------	-----------	---------	-------	--------	------------	---------	----------	---

Was ist Erfolg? An der letzten Herbsttagung der Basellandschaftlichen Gebäudeversicherung unter der Leitung ihres Direktors Bernhard Fröhlich...

ZUHAUSE → SPORT → ZEHN JAHRE FIT FÜR SCHWEIZER KIDS

Zehn Jahre fit für Schweizer Kids

7. September 2016 Sport 66

Fitness for Kids feiert Jubiläum: Zehn Jahre fit für Schweizer Kids

In den letzten 20 Jahren hat die Zahl der übergewichtigen, un sportlichen und falsch ernährten Kinder weltweit und in der Schweiz stark zugenommen. Gesundheitsorganisationen schlagen Alarm. Um diesem fatalen Trend effizient entgegenzuwirken, rief der weltweit anerkannte Gesundheits- und Fitness-Experte Franco Carlotto vor zehn Jahren Fitness for Kids ins Leben. Im Laufe der Zeit konnten zahlreiche prominente Botschafter für das Programm gewonnen und bis heute über 50'000 Kinder für die Themen Bewegung und Ernährung sensibilisiert werden. Durch regelmässige Aufklärungskampagnen wurden zahllose weitere Familien erreicht.



(Bild: zVg) Dank des Einsatzes von landesweiten Partnern und Sponsoren wie Lidl oder Helvetia, welchen die Gesundheit der Schweizer Kids am Herzen liegt, ist die Teilnahme für die Schulen kostenlos.

Dass sich viele Kinder bereits im Kindergarten- und Primarschulalter im Alltag zu wenig bewegen und falsch ernähren, ist ein alarmierender Trend. Der Spieltrieb wird an Konsolen befriedigt, Abenteuer gibt's am Bildschirm. Und aus Zeitmangel oder Unwissenheit wird dem Körper wenig Nährstoffreiches, dafür umso mehr Fett und Zucker zugeführt. «Dabei wäre es gar nicht so schwierig, von klein an einen gesünderen Lebensstil zu führen», sagt Franco Carlotto, Gründer von Fitness for Kids. «Unser Körper braucht tägliche Bewegung, sowie eine gesunde Ernährung. Beides lässt sich mit einem möglichst früh im Leben vermittelten Respekt für den eigenen Körper und vielen kleinen Tricks bestens in den Alltag integrieren», so der sechsfache Mister World Fitness, der mittlerweile in Los Angeles lebt und dort innovative Fitness- und Ernährungskonzepte entwirft sowie Persönlichkeiten aus Showbusiness und Wirtschaft coacht.

Interaktive Schulstunden, im Alltag umgesetzt

Das Programm basiert auf den drei Fitness-for-Kids-Säulen Einstellung, Bewegung und Ernährung und richtet sich an 1. bis 6.-Klässler, Eltern, Lehrer sowie junge Familien und ihr Umfeld. In den vergangenen zehn Jahren konnten bereits über 50'000 Kinder an mehr als 200 Primarschulen von Fitness for Kids profitieren. Pro Jahr finden gut 60 Events an 20 bis 30 Schulen statt. Zudem motiviert Fitness for Kids die Schweizer regelmässig durch innovative Medienkampagnen und Billboards.

Jeweils im Frühling und im Herbst besuchen die Fitness-for-Kids-Instruktorinnen und Instrukturen Schulklassen in der Deutschschweiz. Was in der interaktiven Schulstunde spielerisch gelernt wird, setzen die Kinder im Alltag in einem Bewegungs- und Ernährungs-Tagebuch um. An einem zweiten Event, dem sogenannten Check-up, werden dann die Erfolge geprüft – und belohnt. Dank des Einsatzes von landesweiten Partnern und Sponsoren wie Lidl oder Helvetia, welchen die Gesundheit der Schweizer Kids am Herzen liegt, ist die Teilnahme für die Schulen kostenlos.

Interessierte Lehrer, Eltern oder Kids melden sich auf www.fitnessforkids.ch an.

pd

WEITERLEITEN



Letzte Galleries



Der nationale Zukunftstag ist eine...

2. November 2016



Was ist Erfolg?

2. November 2016



BIM Kongress

2. November 2016



«Food-Bridge» gegen Foodwaste

2. November 2016

AKTUELLES

Anklicken und lesen!

Baselland Woche



Autowelt
Basel-Dreisitz



HAUPTNACHRICHTEN

15:35 Der nationale Zukunftstag ist eine Erfolgsstory und erweitert Horizonte

14:41 Was ist Erfolg?

09:54 BIM Kongress

09:49 «Food-Bridge» gegen Foodwaste

09:46 Extremzuchten trotz Verbot

09:39 Katie Melua «In Winter»

15:08 Interview

Baselland Woche

Baselland & Basler Woche AG

Baselland Woche

Lausenerstrasse 22

4410 Liestal

Inserate 061 902 00 15

Redaktion 061 901 10 39

info@basellandwoche.ch

redaktion@basellandwoche.ch

www.basellandwoche.ch