

Fitness for Kids feiert Jubiläum: 10 Jahre fit für Schweizer Kids

In den letzten 20 Jahren hat die Zahl der übergewichtigen, unsportlichen 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 10 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.

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.

Medienstelle:

Ferris Bühler Communications, 5400 Baden
Tel. 056 209 15 15, annina@ferrisbuehler.com

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 10 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.

Happy Birthday!

Im Laufe der Jahre konnte Fitness for Kids zahlreiche prominente Botschafter aus dem In- und Ausland gewinnen, welche beim Besuch der Schulklassen als Vorbilder dabei sind. „Fitness for Kids ist ein optimaler Weg, um unsere Kinder auf eine gesunde, starke Zukunft vorzubereiten“, erklärt zum Beispiel Box-Weltmeister Vitali Klitschko, Trainingspartner von Franco Carlotto. Auch Ex-Miss-Schweiz und Moderatorin Anita Buri ist seit der ersten Stunde dabei. Als Mutter ist ihr die Unterstützung des Programmes ein besonderes Anliegen: „Im Zeitalter von TV und Computer müssen wir unsere Kinder täglich motivieren, aktiv zu sein. So bleiben sie gesund und haben mehr Spass am Leben.“

Medienstelle:

Ferris Bühler Communications, 5400 Baden
Tel. 056 209 15 15, annina@ferrisbuehler.com