

## Augusta startet beim AOK-Firmenlauf



Feedback



Neunter Firmenlauf der AOK NW Bochum am Kemnader See.

Die zehnte Auflage des AOK-Firmenlaufs wird am 5. Juli 2018 angeschossen – und Augusta-Geschäftsführer Dipl.-Kfm. Thomas Drathen hofft, dass er eine größere Gruppe Mitarbeitende dazu bewegen kann – idealerweise im Augusta-Outfit - an diesem Lauf teilzunehmen.

Dass viele Augustaner alljährlich – also auch wieder bei der 8. Auflage am 22. April - beim Lauf gegen Brustkrebs im Stadtpark teilnehmen, ist dem Augusta-Geschäftsführer natürlich bekannt. „Bewegung ist wichtig“, sagt er, „aber mehr Bewegung ist besser.“ Das sei Teambuilding, meint Drathen, und fördere die

Gemeinschaft.

Ende Januar schon wurde das Meldeportal geöffnet. Die Agentur upletics, die diesen Event für die AOK betreut, berichtet, dass beim letzten Lauf 2.750 Läufer dabei waren. Weil es wegen einer defekten Brücke (die erst kurz nach dem Lauf ersetzt wurde) Einschränkungen gab, konnten nicht mehr Sportbegeisterte starten. Es könnte also diesmal eine Steigerung geben. Auf jeden Fall sollte man sich sowohl bei den Meldungen als auch bei den Buchungen der Afterrun-Party durchaus beeilen.

Für die Teilnahme gelten grundsätzlich keinerlei Vorbedingungen. Wie beim Lauf gegen Brustkrebs auch. – Die Freude an der Bewegung sollte allerdings vorhanden sein. Upletics bietet den teilnehmenden Firmen in diesem Zusammenhang allerlei Extras an. Dazu gehört, dass Anfänger, ambitionierte Hobbyläuferinnen oder regelmäßige Wettkampf-Teilnehmer gleichermaßen von der Betreuung durch die Agentur profitieren könnten. „Wir holen ihr Team da ab, wo es leistungsmäßig steht“, sagen sie dort, „und nehmen Sie mit auf einen spannenden Weg zu mehr Fitness, Ausdauer und Wohlbefinden.“ Eine Trainingseinheit – falls sie denn gebucht wird - dauert immer 90 Minuten. „Es gibt auch Möglichkeiten“, so sagen sie dort, „sogar Anfänger zum Laufen zu bewegen.“

[www.upletics.de](http://www.upletics.de) --- Beide Fotos: AOK