



Amsterdam, im Februar 2011

Combine Trainingstag beim ASV Köln ein voller Erfolg

Der 1. Combine Trainingstag auf dem Gelände des ASV Köln, den Under Armour im Rahmen einer Kampagne mit Intersport ins Leben gerufen hat, war ein voller Erfolg. Es wurden keine Kosten und Mühen gescheut, um den 60 Intersport-Teilnehmern alles zu bieten, was ein Combine Trainingstag zu bieten hat. Die Teilnehmer im Alter von 13 bis 57 Jahren kamen bundesweit nach Köln gereist, um auf dem weitläufigen Gelände des ASV, dem größten Kölner Sportverein, ihre Fitness zu testen. An den insgesamt neun Stationen, die vom ehemaligen amerikanischen Football Spieler und Fitness-Coach Nate Costa zuvor erklärt wurden, standen den Intersport-Teilnehmern neben Sportlern des ASV, die Under Armour-Athleten Susan Malekpur (Fitness-Weltmeisterin), Torsten Kleinert (Triathlet) und Jochen Urban sowie Mathias Flach vom Deutschland-Ruderachter zur Seite.

Nach einer kurzen, aber sehr emotionalen Ansprache von Mike Gable, Under Armour-Senior Manager Performance Training, konnte es losgehen. An allen neun Stationen war entweder Geschicklichkeit, Schnelligkeit oder Ausdauer gefragt und der eine oder andere stieß an seine Grenzen. Bei idealem kaltem, aber trockenem Wetter wurde gerudert, Seil gesprungen, die Hanteln gestemmt oder Liegestütze auf einem halben Medizinball absolviert. Alle Teilnehmer hatten einen Riesenspaß und vor allem eine Gruppe mit Fußballern, die den Weg aus Stuttgart hierher gefunden hatten, gaben wirklich alles. „Es war eine superschöne Veranstaltung und ein unglaubliches Erlebnis“, sagte Domagoj, einer der Footballer im Nachhinein. Er freute sich vor allem über das „Teamverständnis zwischen den völlig fremden Menschen. Wir sehen uns hier zum ersten Mal und geben als Team wirklich alles.“



Das ist Wahnsinn, einfach super.“ Sein Teamkollege Simon ergänzte: „Ich bin froh, dass wir den Weg hierher gemacht haben. Die Veranstaltung ist einfach spitze.“

Aber auch Fitness-Profi Nate Costa war anzusehen, dass ihm, was er sah, richtig Spaß machte. „Die Leute machen toll mit, geben alles. Das ist gut.“ Zwischendurch betätigte sich Mike Gable als Anheizer und Motivator – und das kam richtig gut an. Wer zuvor schlapp machen wollte, gab im Endspurt noch einmal ein paar Prozent mehr.

Ein Highlight war dann die Siegerehrung, die Gable vornahm. Er hatte für jeden ein paar launische Worte parat und Stimmung war nicht mehr zu toppen. Die Sieger freuten sich über ihr gutes Ergebnis und über die tollen Under Armour-Preise. Aber auch diejenigen, die leer ausgingen, waren bestens gelaunt und klatschten sich die Hände wund. Der einhellige Tenor, bevor sich alle nach einem ereignisreichen Tag verabschiedeten, war: „Hoffentlich gibt es eine Fortsetzung von diesem tollen Event.“

Stimmen zum 1. Combine Trainingstag von den Under Armour-Athleten:

Torsten Kleinert: „Ich denke, wir haben eine gute Veranstaltung gesehen. Alle haben mitgezogen und sich richtig reingehängt. Es hat sehr viel Spaß gemacht und keiner brauchte sein Kommen zu bereuen.“

Susan Malekpur: „Die Idee ist einfach super und es wurde Zeit, dass diese Art von Training auch nach Deutschland kommt. Ich fand den Tag sehr gelungen.“

Mathias Flach: „Man hat gesehen, dass es heute ganz unterschiedliche Menschen zu unterschiedlichen Ergebnissen gebracht haben. Ich denke die Technik gibt hier



den Ausschlag. Diese Art von Training habe ich zum ersten Mal gesehen. Das traditionelle Zirkeltraining kennen wir natürlich, aber das hier nicht. Es waren sehr starke Leistungen dabei und vor allem das Mannschaftsgefühl zwischen völlig fremden Leuten war sehr gut.“

Jochen Urban: „Der Tag war super gut und sehr interessant. Vor allem der Unterschied zwischen den Ergebnissen war teilweise sehr groß. Beim Rudern haben alle alles gegeben, doch in der Kürze der Zeit ist es schwer, auf ein gutes Ergebnis zu kommen. Die Stationen fand ich allesamt sehr interessant. Ich persönlich habe den Tag sehr genossen.“

Info zum Under Armour Combine360:

Combines360 berücksichtigen bei den Athleten drei wichtige Bereiche: körperliche Leistungsfähigkeit, sportliche Kondition und mentale Fitness, zu der auch Reaktionszeiten, psychische Belastbarkeit, Ernährung und Regenerationsfähigkeit gehören. Es basiert auf einem bisher einzigartigen Konzept, das in enger Zusammenarbeit mit der amerikanischen IMG Akademie, einer der größten US-Institutionen zur Förderung von Sportlern, entwickelt wurde. Das Combine360 Trainings- und Bewertungsprogramm ist eine hervorragende Möglichkeit, sich als Sportler noch gezielter auf Wettbewerbe und Turniere vorzubereiten.

Infos unter: www.underarmour.com und ab März auch auf Facebook

Pressekontakt und Bildanfrage

SportPresseBüro Margot Staab

Ankergasse 2

63808 Haibach

Tel. +49 6021 – 66161

Fax +49 6021 – 66134

Mobil: +49 170 – 475 11 44

eMail: presse@staab-pr.de