

Bridgestone startet neues „FAHR FIT“-Programm

28.02.2008, 09:51 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *P.U.N.K.T. PR*

Presseagentur: *P.U.N.K.T. PR*



Stabhochspringer Tim Lobinger unterstützt FAHR FIT

Bad Homburg, 28. Februar 2008. „FAHR FIT – SICHER ANKOMMEN!“ heißt die neue Initiative von Bridgestone für mehr Sicherheit im Straßenverkehr. Der Reifenhersteller hat gemeinsam mit den INJOY International Sports- & Wellnessclubs das erste umfassende Fitnesstraining für Autofahrer entwickelt. Die wissenschaftliche Expertise kommt von den Sportwissenschaftlern Professor Dr. Dr. Wolfgang Buskies von der Universität Bayreuth sowie dem Sportmediziner Professor Dr. Klaus-Michael Braumann von der Universität Hamburg. Unterstützt wird die Aktion von dem deutschen Stabhochspringer Tim Lobinger. Der begeisterte Hobby-Rennfahrer hat das Programm selbst getestet und ist von seinem positiven Einfluss auf ein entspanntes und sicheres Autofahren überzeugt. Alle Informationen gibt es unter www.fahr-fit-com.

Mit dem neuartigen Programm können auch untrainierte Autofahrer in nur 15 Minuten ihre Kraft, Beweglichkeit und Konzentration steigern. Das beugt nicht nur den typischen Autofahrer-Problemen wie Verspannungen, Rücken- und Kopfschmerzen vor, sondern erhöht auch die Konzentrationsfähigkeit. Die durch das Programm erreichte Fitness steigert somit nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern führt in erster Linie zu einer erheblichen Verbesserung der Fahrsicherheit.

Um sich den Bedürfnissen der Autofahrer anzupassen, besteht das FAHR FIT-Programm aus drei Modulen: Für alle Menschen, die nicht regelmäßig in ein Fitness-Studio gehen möchten, hat Bridgestone zusammen mit den Experten ein Trainingskonzept für Zuhause entwickelt das ganz ohne Geräte auskommt. Zu diesen Zweck sind die Übungen des FAHR FIT-Programms auf einer DVD zusammengestellt. Wer gerade unterwegs ist, kann auch auf einem Rastplatz einzelne Übungen mit der Broschüre, die der DVD-Box beiliegt, durchführen. Das regt den Kreislauf sowie die Muskeln an und steigert so die Fitness für die Weiterfahrt. Zusätzlich können Interessierte das Programm mit professioneller Unterstützung in allen INJOY Studios trainieren.

Mit diesen drei Möglichkeiten, das FAHR FIT-Programm durchzuführen, kann jeder Autofahrer einfach selbst bestimmen, wann er sich fit für die Belastungen des Straßenverkehrs machen will. Bridgestone als einer der führenden Reifenhersteller der Welt baut mit dieser Kampagne sein jahrelanges Engagement für mehr Sicherheit auf den Straßen

aus.

Portrait

Als einer der führenden Reifenhersteller der Welt engagiert sich Bridgestone schon seit vielen Jahren für mehr Sicherheit auf den Straßen. Mit verschiedenen Kampagnen wie den „Move-it-Boxen“ für Kindergärten in Kooperation mit der Deutschen Verkehrswacht oder der weltweiten Initiative „Erst Denken – Dann Lenken“ in Kooperation mit der FIA Foundation setzt sich das Unternehmen für mehr Sicherheit auf der Straße ein.

Bridgestone Deutschland GmbH,
Wilfried Rulands, Nora Schöne,
Industriestraße 1, 61352 Bad Homburg,
Tel.: 06172 / 408-01, Fax: 06172 / 408-490,
E-Mail: wilfried.rulands@bridgestone.eu

News-ID: 192230 • Views: 1895 (Stand: 31.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/192230/Bridgestone-startet-neues-FAHR-FIT-Programm.html>