

Die „italienische Reise“ mit der SBK

05.09.2007, 12:06 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Siemens Betriebskrankenkasse*
Presseagentur: *Interface Public Relations*

Auf dem Goetheweg virtuell die 10.000 Schritte meistern

München, 05. September 2007 – Wer schon immer einmal in Johann Wolfgang von Goethes Fußstapfen treten wollte, kann dies ab sofort mit der 10.000 Schritte – Aktion der Siemens-Betriebskrankenkasse (SBK) auf einer virtuellen Reiseroute verwirklichen. Wie Goethe im Jahre 1786 begibt man sich auf eine knapp 700 Kilometer lange Strecke von München über Innsbruck, den Brenner, den Gardasee und Verona nach Venedig. Unterwegs rastet der Wandersmann an kulturellen Sehenswürdigkeiten wie dem Kloster Benediktbeuren oder in Verona und erhält wertvolle Informationen zu diesen Stationen.

„10.000 Schritte“ ist eine Aktion der SBK für Menschen, die sich regelmäßig bewegen und mehr für ihre Gesundheit machen wollen. Täglich 10.000 Schritte zu gehen, sei es auf dem Weg ins Büro, zum Einkaufen oder beim Spaziergang, ist dabei das Ziel. Mit einem Schrittzähler wird die zurückgelegte Strecke gemessen und im persönlichen Online-Tagebuch erfasst. Um den Teilnehmer zusätzlich zu motivieren, bietet die SBK verschiedene virtuelle Wanderrouten an, welche mit dem täglichen Schrittpensum abgelaufen werden. Zusammen mit dem Individualreisemagazin TOURS verwirklichte die SBK Goethes Reise über die Alpen als eine dieser Wegstrecken.

Mitmachen kann bei dieser Aktion jeder SBK-Versicherte, der sich einen „bewegten“ Alltag als Ziel setzt. Dabei ist es egal, ob ein Sportler dies alternativ für sein Training nutzt oder der bisherige Sportmuffel eben diesen Zustand überwinden will – für jeden bieten 10.000 Schritte ihren Reiz. Wer diesen Weg eher mit Gästen in der Gruppe beschreiten möchte, sucht sich Mitstreiter und meldet ein Team an. Nach der Online-Registrierung auf www.10000-Schritte.de befindet man sich vielleicht schon bald auf dem Weg nach Italien und genießt virtuell diese einmalige Mischung aus Natur- und Kulturerlebnissen, die auch den Weimarer Dichter faszinierte.

SBK
Petra Bendrich
Pressesprecherin
Heimeranstraße 31
80339 München
Tel.: 089/62 700-776
Fax: 089/62 700-444
petra.bendrich@sbk.org
www.sbk.org

Portrait

Siemens-Betriebskrankenkasse

News-ID: 156268 • Views: 1765 (Stand: 05.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/156268/Die-italienische-Reise-mit-der-SBK.html>