

Nicht aussitzen Sitzproblemen vorbeugen

16.05.2012, 17:25 | Freizeit, Buntes, Vermischtes

Pressemitteilung von: *PR- und Social Media Agentur Dr. Kaske GmbH & Co. KG*

(NL/1402238827) Der erfolgreiche Jungathlet Lucas Liß belegte in Melbourne den 6. Platz im Scratch-Rennen der Bahnweltmeisterschaft und ließ dabei namhafte Fahrer hinter sich. Der 3-fache Deutsche Meister von 2010 gab uns Antworten auf Fragen zu seinen Wettkampfvorbereitungen und zum Thema Sitzbeschwerden

Wie oft und wie lange sitzen Sie während Ihrer Wettkampf-Vorbereitung im Sattel?

?Meistens ist vor dem Wettkampf ein 3-wöchiges Trainingslager eingeplant. Jeden Tag zwischen 100 km und 200 km.?

Welche Probleme haben Sie während Ihren Trainingsetappen und wie beugen Sie vor?

?Sitzprobleme mit einer geeigneten Sitzcreme wie von ilon Protect-Salbe (<http://www.ilon-protect-salbe.de/radsport-gesaesssalbe-fuer-fahrradfahrer.html> target="_blank"). Sie Schützt die Haut und das Beste ist, dass man Sie nicht spürt. Regeneration mit Sportlernahrung. Nach dem Training ein regeneratives Eis-Bad für die Beine. Am Abend eine tolle Massage und ein Teller Nudeln.?

Was muss eine optimale Sitzsalbe leisten und gibt es eine, die Sie favorisieren?

?Die ilon® Protect-Salbe kommt der perfekten Salbe ziemlich nah. Man spürt sie nicht. Sie riecht sehr gut und ist wunderbar zu verteilen. Sie wirkt wie eine Art zweites Sitzpolster.?

Worauf achten Sie im normalen Leben z. B. bei Ihrer Ernährung?

?Die Ernährung spielt eine wichtige Rolle im Leistungssportlerleben. Ausgewogenheit und gesunde Ernährung ist sehr wichtig.?

Wie viel trinken Sie und was?

?Bei Belastungstagen bis zu 6 L. Meisten Isotonische Getränke von nutrixion.?

Auf welche Wettkämpfe trainieren Sie im Augenblick?

?Bahn-Weltmeisterschaften der Elite in Melbourne?

Was können Sie als kleines Fazit in einem Satz über die Salbe sagen?

?Insgesamt stimme ich dem ilon® Protect-Slogan ?Hält dich im Sattel? voll zu?

www.ilon-protect-salbe.de

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/z2u44c> (<http://shortpr.com/z2u44c> title="http://shortpr.com/z2u44c")

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/vermischtes/nicht-aussitzen-sitzproblemen-vorbeugen-12231>
(<http://www.themenportal.de/vermischtes/nicht-aussitzen-sitzproblemen-vorbeugen-12231>
title="http://www.themenportal.de/vermischtes/nicht-aussitzen-sitzproblemen-vorbeugen-12231")

Portrait

Diese Pressemitteilung wurde im Auftrag übermittelt. Für den Inhalt ist allein das berichtende Unternehmen verantwortlich.

News-ID: 633354 • Views: 791 (Stand: 08.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/633354/Nicht-aussitzen-Sitzproblemen-vorbeugen.html>