

Hajo Rosenbrock  
Geschäftsführer  
☎ 0511/ 80 60 164  
hajo.rosenbrock@turn-klubb.de



An die Redaktion

03.09.2009

## **PM: Hoffnung für stark Übergewichtige**

Fachübergreifendes M.O.B.I.L.I.S.-Abnehmprogramm geht in Hannover erneut an den Start / Nur 15 Teilnahmeplätze!

*(Hannover/Freiburg, 07.08.2009) Schlankwerden und Schlankbleiben wollen viele. Doch wer einen (neuerlichen) Abnehmversuch wagt, wird dabei meist nicht nur ein paar Pfunde, sondern auch eine Menge Geld los. Am Ende ist der Frust groß, wenn mit Eintreten des berühmt-berüchtigten Jo-Jo-Effekts der Speck an Hüften oder Bauch innerhalb kürzester Zeit nicht selten doppelt ansetzt, die investierten Euros aber dauerhaft verloren bleiben. Anders bei M.O.B.I.L.I.S., dem nichtkommerziellen Abnehmprogramm der Uniklinik Freiburg und der Deutschen Sporthochschule Köln.*

Hier werden die Teilnehmer über ein ganzes Jahr lang von einem hoch qualifizierten Trainer-Ärzte-Team in den Bereichen Bewegung, Psychologie/Pädagogik, Ernährung und Medizin betreut. M.O.B.I.L.I.S. ist keine Diät und verspricht auch keine Wunder. Das vielfach bewährte Vier-Säulen-Konzept verlangt ein hohes Maß an Eigeninitiative und setzt mit gezieltem Verhaltenstraining auf eine langfristige Lebensstiländerung. Alle Gruppen stehen unter zentraler Qualitätskontrolle und unter wissenschaftlicher Aufsicht.

Die bundesweite M.O.B.I.L.I.S.-Initiative richtet sich bewusst an Erwachsene mit starkem behandlungsbedürftigem Übergewicht (BMI 30-40 kg/m<sup>2</sup>) und mindestens einem begleitenden Risikofaktor (z. B. Bluthochdruck oder Diabetes). Nahezu alle anderen auf dem Markt befindlichen Programme sind für die Zielgruppe leichtes bis mittleres Übergewicht (BMI 25-29,9 kg/m<sup>2</sup>) konzipiert und in der Regel schon nach 12 Wochen beendet.

Die Teilnahme bei M.O.B.I.L.I.S. lohnt sich für Betroffene nicht zuletzt auch in finanzieller Hinsicht: Die BARMER und zahlreiche weitere Krankenkassen erstatten ihren Versicherten fast 90 Prozent der Schulungskosten – regelmäßige Teilnahme vorausgesetzt.

Beim Turn-Klubb zu Hannover haben Betroffene jetzt erneut Gelegenheit mit M.O.B.I.L.I.S. auf bewegte und gesunde Weise abzunehmen. Unter der Schirmherrschaft der Bundestagsabgeordneten Rita Pawelski wird die 5. Gruppe im Oktober starten. Es stehen wiederum nur 15 Teilnahmeplätze zur Verfügung. Interessenten können sich direkt bei der M.O.B.I.L.I.S.-Zentrale in Freiburg unter der Telefonnummer 0761/503910 bewerben und anmelden.

Weitere ausführliche Informationen und die Möglichkeit zur Online-Bewerbung auch im Internet unter [www.mobilis-programm.de](http://www.mobilis-programm.de). (ab)

**Weiter Infos** zu Kursen und Termine: Tel.:(0551/8093483) oder [www.turn-klubb.de](http://www.turn-klubb.de)