

# Mit dem Volkslauf nach London

Start: 8. August – Ziel: 8. Oktober 2011



**Die Gesundheit unserer Mitarbeiter/-innen unterstützen wir während der Arbeitszeit mit ergonomischen Arbeitsplätzen, Massagen, Bio-Obst, frischen Salaten und leckeren Suppen. Und was tun wir für die Bewegung? Dafür haben wir uns etwas Besonderes einfallen lassen.**

Zusammen mit 145 Mitarbeiter/-innen und unserer Londoner Schwesterfirma Webfusion Ltd. unternahmen wir im wahrsten Sinne des Wortes eine bewegende Reise. Wir setzen uns zum Ziel, in 60 Tagen zu Fuß von Köln nach London zu gehen. Alles was wir an Ausstattung dafür benötigten, war lediglich ein kleiner Schrittzähler und das Internet. Urlaub musste sich keine/-r nehmen und auch kein tägliches Fitnessprogramm auf sich nehmen. Mit täglich 10.000 Schritten konnte jede/-r die Strecke rechtzeitig schaffen.

Nach dem Motto „Jeder Schritt zählt“ klemmten wir uns den tappa-Schrittzähler an die Hose. Gespannt was der kleine Zähler anzeigen würde, gingen wir unsere ersten Schritte. Schnell stellten wir fest, dass zusätzliche Wege nicht mehr lästig waren, sondern wertvolle Schritte ergaben. Aufgrund dessen begannen die Mitarbeiter/-innen ganz freiwillig ihren Weg zur Arbeit zu Fuß zu bestreiten, extra Spaziergänge in die Mittagspause zu legen oder sogar am Abend das längst eingestaubte Trimm-dich-Rad zu strapazierten. Am Ende des Tages trugen wir unsere Ergebnisse auf eine Internetplattform ein und waren gespannt, ob wir die 10.000 erreichten. Wenn ja, dann gab es als Belohnung ein glänzendes Fleißsternchen. Im Internet ergaben unsere Schritte Kilometer mit denen kleine Männchen auf einer virtuellen Karte den Weg nach London bestritten. Jede/-r Mitarbeiter/-in konnte genau verfolgen, wo er/sie sich befindet und vor allem wo sich die Kolleg/-innen befanden. Aufgeteilt in verschiedenen Teams, motivierten sich die Mitarbeiter/-innen gegenseitig, mehr Schritte als die anderen Teams zu gehen, um vor ihnen die Ziellinie zu überqueren.

Spätestens nach 60 Tagen hieß es für 63 % unserer Mitarbeiter/-innen „Herzlich willkommen in London.“ Für ihre Mühe gab es ein schickes Diplom und zwei echte Reisen, die wir unter ihnen verlost.

Während dieser bewegenden Zeit sind wir zusammen 74 Millionen Schritten gegangen und umrundeten 1,5 Mal die Erde. Von diesen Ergebnissen und dem Engagement unserer Mitarbeiter/-innen sind wir positiv überrascht. Auch wenn es nicht alle Mitarbeiter/-innen nach London geschafft haben, waren wir alle gemeinsam aktiv und haben erkannt, mit welchen kleinen Schritten wir Gutes für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden tun können.

Unterm Strich hat uns die Aktion mit jeder Menge Spaß und Teamgeist mehr in Bewegung gebracht und es wird ganz bestimmt nicht unser letzter virtueller Gehwettbewerb gewesen sein.

Janine Poullie  
Host Europe GmbH



Mit 19 Teams unterwegs.



Virtuell gingen wir nach London.



Für Sport gab's Extra-Schritte



Unser treuer Begleiter.