



Motiviert nach Rio

Brasilien – da denkt man an Copacabana, Karneval und sommerliche Temperaturen. Im Sommer 2014 war Brasilien außerdem Austragungsort der Fußball-Weltmeisterschaft. Rio de Janeiro war als pulsierende Hauptstadt DER Anziehungspunkt für Fußballfans auf der ganzen Welt. Auch die BMH (Beiersdorf Manufacturing Hamburg GmbH) war mit der Aktion „Auf nach Rio - BMH läuft zur WM“ Teil des sportlichen Spektakels, die durch die Gesundheitsoffensive BMH ins Leben gerufen wurde.

Wir feiern mit – ob im Team oder alleine

In 60 Tagen sollte die Strecke zwischen Hamburg und Rio virtuell zurückgelegt werden, um bei der großen Fußballparty mitzufeiern. 186 Teilnehmer und 19 Teams gingen am 29. April 2014 an den Start. Das Ziel lautete: täglich mindestens 10.000 Schritte gehen, um gemeinsam am 27. Juni in Rio anzukommen.

Das Nützliche mit dem Praktischen verbinden

Für einige Teilnehmer fiel der Lauf nach Rio in die Vorbereitungszeit für einen Marathon oder Triathlon und so übertrafen nicht wenige das vorgegebene Ziel mit 40.000 bis 50.000 Schritten am Tag. Aber auch Bewegungsmuffel entdeckten ihren sportlichen Ehrgeiz und gingen täglich mehr als 10.000 Schritte. Durch den Schrittzähler war es für viele eine Motivation nach der Arbeit nach Hause zu gehen oder abends noch einen Spaziergang zu machen. Beinahe zwei Drittel schafften im Durchschnitt 10.000 Schritte oder mehr.

Alle sind Sieger

Ziel der Aktion war es nicht, einen Sieger zu küren, sondern gemeinsam in Bewegung zu kommen. Alle Teilnehmer gingen zusammen 110.073 Kilometer oder umrundeten 2,75 Mal den Globus. Nach der gemeinsamen Ankunft in Rio erwartete die Läufer eine Tombola mit über 100 Gewinnen, wie Gutscheinen, iPods und Beiersdorf Produkten.