

## Läuft! Laufschule Gesundlauf-Eifel von Uwe Engels aus Neroth erfolgreich gestartet

GANZHEITLICHES ANGEBOT VERBINDET FITNESS UND SPASS

Der Name ist Programm – hier geht es um Laufen aus Leidenschaft und mit Spaß in der wunderbaren Natur der Vulkaneifel. Dabei steht der gesundheitliche Aspekt im Vordergrund – ganz gleich, ob man abnehmen möchte, seine Fitness und Kondition steigern oder Muskulaturaufbau gegen Rückenschmerzen erzielen will. Die positiven Aspekte des Laufens sind vielseitig – und das gilt für alle Altersklassen vom Anfänger bis zum ‚Dauerläufer‘. Die Laufschule bietet viele sich ergänzende Angebote. Dazu gehören natürlich Laufkurse und Trainingspläne für Anfänger bis Marathonläufer – außerdem Laktat-Leistungsdiagnostik, Ernährungsberatung, Laufstilanalyse, Fitnessprogramme oder Körperfettmessung. Auch Personaltraining ist selbstverständlich möglich. Und die Erfolge machen nicht nur den Teilnehmern Spaß, sondern auch dem Gesundlauf Eifel-Team: „Inzwischen laufen unsere ersten Anfänger bereits Halbmarathons und sogar Marathons. Es ist ein unbeschreibliches Gefühl für uns als Lauftrainer und natürlich auch für unsere Teammitglieder, wenn diese ihren ersten großen Wettkampf finishen.“

Die Landschaft in der Vulkaneifel ist so einzigartig und bietet alles, was den Laufsport ausmacht – wunderschöne und abwechslungsreiche Strecken in allen Schwierigkeitskategorien,“ so der passionierte Läufer und Trainer Uwe Engels.

Der ausgebildete Trainer und Leistungsdiagnostiker hat schon von Kindheit an Sport getrieben – anfangs als Fußballer und danach als Läufer. Seine positiven Sporterfahrungen wie Abnehmen, Stressabbau,

Gesundheit und Fitness wollte er auch anderen ermöglichen. Geholfen haben ihm bei der Gründung auch die Beratungen der WFG und der Erfahrungsaustausch bei den NeuUnternehmer-Treffs. Der Start ist Uwe Engels gelungen – das ganzheitliche Denken als Unternehmensphilosophie hat ganz sicher dazu beigetragen. Es wird ganz persönlich auf die Kunden eingegangen und besonders bei Anfängern ganz behutsam vorgegangen, um Überlastungen zu vermeiden und den Spaß am Laufen zu fördern. Dafür gibt es noch viele Ideen: Zum weiteren Ausbau der Laktat-Leistungsdiagnostik wird ein hochwertiges Laufband angeschafft und 2021 sind Wochenendcamps in der Eifel unter anderem mit Lauftouren, Vorträgen, Leistungsdiagnostik und Ernährungsberatung geplant. Auch Nordic-Walking soll das Angebot erweitern – dafür wird aktuell noch ein Trainer gesucht.

Uwe Engels hat mit der Laufschule sein Hobby zum Beruf gemacht und lebt den Kursteilnehmern die Begeisterung und den Spaß für das Laufen vor. Genau das macht seinen Erfolg aus.

„Wir haben durch die Corona-Pandemie ein sehr schwieriges Jahr 2020 gehabt. Aber wir schauen optimistisch in die Zukunft. Im März 2021 starten wir im TGZ in Nerden mit einem Zentrum für Leistungsdiagnostik. Weiter geht's dann mit dem 3-Tage-Marathon und den Laufcamps in die nächste Stu-



Annemarie und Uwe Engels bei der Preisverleihung „Eifel Award 2019“

fe.“ Uwe Engels



Laufschule  
Gesundlauf Vulkaneifel

Laufschule Gesundlauf Vulkaneifel  
Lörenstr. 2 – 54570 Neroth  
Tel.: 0 65 91/98 14 80  
info@gesundlauf-vulkaneifel.de  
www.gesundlauf-vulkaneifel.de