



Liebe Leserin, lieber Leser,

Wer die nachmittäglichen Talkshows liebt, dem sei als abendliche Lektüre das Guinness Buch der Rekorde empfohlen. Hier finden sich nicht nur sportliche Höchstleistungen, sondern auch allerlei Spinnereien wie Fahrradrückwärtsgeigen, Extrembügeln auf Berggipfeln etc. Da sind Wettbewerbe wie Rückwärtslaufen, Treppenläufe, Rennen in der Arktis oder durch die Wüste noch als normal einzustufen.

Das einfache Laufen, Radfahren, Schwimmen oder Rudern in und durch die Natur, als eindrucksvolles Landschaftserlebnis, reicht vielen nicht mehr. Die Medien fordern Rekorde. Und wenn die Qualität nicht da ist, dann halt in Quantität oder Extremität.

Wer dies vorlebt, wird zum „falschen“ Vorbild, denn oft werden diese Berühmtheiten durch entsprechende finanzielle Mittel (nicht jeder kann sich die Reise in extreme Wetterzonen leisten) oder gesundheitliche Einbußen (Extrembelastung in Extremzonen) erreicht.

Den Profit davon macht die Industrie, denn um diese sinnlosen Rekorde aufzustellen, muss ständig neues technisches Equipment her. Dies kann aber auch hilfreich für Risikopersonen sein, wie die Rubrik TuS zeigt.

Zudem geht in einigen Bereichen auch der Weg zurück zur Natur, wie die Schuhentwicklungen von Biom, Lunge oder der Nike Free zeigen. Und warum manch einer froh ist, in der Wüste laufen zu können, kann im Artikel über Asthma nachgelesen werden.

Alternativ ist in den Pollenflugmonaten auch ein Fitnessstudio möglich. Dies kann man sich jetzt auch ins Haus auf den Computer holen, Cyber-gym macht es möglich, günstig und ohne Anreisekosten.

Und noch eine Höchstleistung, die wir über unseren DSL Anbieter 1+1 vermeiden können.

Der unangekündigte Ausfall des Internetzugangs traf uns exakt in der heißesten Phase zur Fertigstellung und Herausgabe dieser Ausgabe. Zahlreiche Hotline-Anrufe bei 1+1 brachten zahlreiche, allerdings absolut unbrauchbare Behauptungen, Versprechungen, Gerüchte, aber eben keine Information, geschweige Abhilfe. So waren wir 8 Tage blockiert und bitten die verzögerte Zustellung dieser Ausgabe zu entschuldigen.



Birgit in Antalya. Foto: Monika Rassek, Berlin

Birgit & Arto