

## Hintergrundinformationen zur Bewegungskampagne

### 12-Wochen Newsletter:

Unter dem Motto „Kleine Bewegung. Große Wirkung.“ werden Themeninhalte des Buches „Fit in 12 Wochen“ als digitales Angebot via einem 12-Wochen-Fit Newsletter angeboten. Die Newsletterserie startet ab dem 15.05.2026 mit Artikeln und Videos.

Anmeldung unter: <https://a-u.de/fit-in-12-wochen>

### Podcast „ne Dosis Wissen-Spezial“:

Fünf Spezialfolgen mit Expertengesprächen aus den Bereichen Medizin, Sportwissenschaft und Gesundheitsmanagement.

- Folge 1: Vorstellung der vier zentralen Themen der Spezialreihe mit Dr. Dennis Ballwieser (01.05.)
- Folge 2: Bewegungsberatung mit Prof. Dr. Christina Joisten (08.05.)
- Folge 3: Kinder & Bewegung mit Prof. Dr. Swantje Scharenberg (15.05.)
- Folge 4: Zyklus & Sport mit Elisabeth Kirschbaum (22.05.)
- Folge 5: Bewegung in der Klinik mit Marit Derenthal (29.05.)

Hier geht's zum Podcast: [ne Dosis Wissen – Der Medizin-Podcast für Menschen im Gesundheitswesen](#)

### Health @OMR: Healthcare Frühstück mit dem DOSB (06.05.2026):

Gemeinsam mit dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) werden die Themen Sport und Gesundheit verbunden. Im Fokus stehen dabei u.a. der Einfluss von Bewegung und Sport (im Kindesalter) und die Auswirkung auf ein gesundes Leben. Gemeinsam mit Athlet:innen des Team Deutschland wird auf die Winterspiele zurückgeblickt und über Vorbilder im Sport und über die Bedeutung der Olympischen und Paralympischen Spiele in Deutschland für den Breiten- und Leistungssport gesprochen.

### Wings for Life Run (10.05.2026):

Um die Bewegungsinitiative im sportlichen Kontext in den Fokus zu rücken, werden die orangefarbenen Armbänder, das Erkennungsmerkmal der Bewegungskampagne, in München beim Wings for Life Run am 10. Mai beim Truck der VIActiv-Krankenkasse verteilt.

**Weitere Aktionen und Events sind über die kommenden Monate geplant, wie etwa ein Parlamentarisches Frühstück.**

### Pressekontakt:

Katharina Neff-Neudert, Senior PR-Managerin,  
Wort & Bild Verlag  
Mobil: +49 151 538 500 31  
E-Mail: [presse@wubv.de](mailto:presse@wubv.de)  
Web: [www.wortundbildverlag.de](http://www.wortundbildverlag.de)

Katja Bieber, Head of PR & Comms,  
Looping ONE  
Mobil: +49 174 62 37 218  
E-Mail: [katja.bieber@looping-one.com](mailto:katja.bieber@looping-one.com)  
Web: [www.looping-one.com](http://www.looping-one.com)

**Wort&Bild Verlag Konradshöhe GmbH&Co. KG**

[www.wortundbildverlag.de](http://www.wortundbildverlag.de)

Konradshöhe 1 · 82065 Baierbrunn

Handelsregister: Amtsgericht München HRA 44980, USt-IdNr. DE130750628, Vertretungsberechtigte: Verlag Konradshöhe GmbH, Konradshöhe 1, 82065 Baierbrunn,  
Handelsregister: Amtsgericht München HRB 80411 · Geschäftsführer: Andreas Arntzen (Vorsitzender), Dr. Dennis Ballwieser, Jan Wagner

Gegründet von Verleger Rolf Becker †

Die Informationen zur Datenverarbeitung für Kund:innen und Interessent:innen finden Sie unter [www.wub-service.de/infodsgvo](http://www.wub-service.de/infodsgvo)