FLVW
Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen e.V.

AOK NordWest
Die Gesundheitskasse.

Gemeinsame Pressemitteilung

Rekordteilnahme beim Gesundheits-kongress im SportCentrum Kaiserau

Motto der Veranstaltung: ‚Sport trifft Gesundheit'

Kaiserau, 3. November 2026

Das „kleine Jubiläum" sorgte am Samstag gleichzeitig für neue Rekorde: Erstmals nahmen mehr als 200 Menschen am Gesundheitskongress teil, den der Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen (FLVW) seit fünf Jahren mit seinem Gesundheitspartner, der AOK NordWest, kostenlos im SportCentrum Kaiserau anbietet.

„In Westfalen sprechen wir nach fünf Jahren nicht mehr von einer Neuauflage, sondern schon von einer liebgewonnenen Tradition", begrüßte FLVW-Präsident Manfred Schnieders mit einem Augenzwinkern die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der „pickepackevollen" Rotunde des SportCentrum. Co-Gastgeber Dirk Pisula nahm den Ball dankend auf: „Das Motto lautet seit fünf Jahren ‚Sport trifft Gesundheit'. Mit dem FLVW haben wir den perfekten Mitspieler in unserem Team, der nicht nur unsere Werte teilt, sondern Jahr für Jahr immer mehr Menschen aus seinem Verband für das Thema Sport und Gesundheit gewinnen kann. Die restlos ausgebuchte Veranstaltung zeigt das einmal mehr eindrucksvoll", so der Fachbereichsleiter Marketing, Vertrieb und Prävention der AOK NordWest.

Erneut haben der Verband und sein Gesundheitspartner am Samstag ein Programm auf die Beine gestellt, das erstklassige Referentinnen und Referenten mit spannenden Workshop-Phasen zu verbinden wusste. Den Auftakt bestritt Dr. Jürgen Theissing, der zum Thema „Schlaf als unterschätze Kraftquelle" ausführte, warum die Leistungsfähigkeit und Regeneration maßgeblich von gesundem Schlaf beeinflusst wird und wie man auch zuhause gesunden Schlaf begünstigen kann.

Gänzlich ausgeschlafen zeigten sich die hochkarätigen Gäste der Talkrunde, die launig und mit persönlichen Anekdoten gespickt mit Moderatorin Miriam Hermes

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0231 4193-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Edisonstraße 70, 24145 Kiel
aok.de/nw, X: @AOKNordWest

über „Sport bewegt: Gesundheit, Talent, Leistung“ sprachen. Mit dem ehemaligen Schalker Eurofighter Ingo Anderbrügge, der erfolgreichen Leichtathletin Favour Adesokan vom TV Wattenscheid 01 sowie Dr. Sebastian Altfeld saß ein Trio auf dem Podium, das aus gänzlich unterschiedlichen Perspektiven zeigte, wie Talent, Leistung und Gesundheit zusammenspielen und welche Bedeutung Sport für die persönliche Entwicklung haben kann.

Insgesamt zwei Workshop-Phasen mit 18 Angeboten – von sportgerechter Ernährung, über (Läufer-)Yoga bis hin zu Stressbewältigungs-Strategien im Alltag – rundeten den fünften Gesundheitskongress ab. Klar ist bereits jetzt: Nächstes Jahr gibt es keine Neuauflage, sondern die Fortsetzung einer liebgewonnenen Tradition.

Kontakt und Information

Jens Kuschel (Pressesprecher), Telefon 0231 4193-505528, Mobil 01520 1566136, presse@nw.aok.de
AOK NordWest, Die Gesundheitskasse., Edisonstraße 70, 24145 Kiel
aok.de/nw, X: @AOKNordWest