

Spitzenleichtathlet trainierte an der Hochgebirgsklinik Davos

German Hehn ist 20 facher Deutscher Meister der Senioren über die Mittelstrecken 800 und 1500m, war für die Olympischen Spiele 2004 in Athen Olympischer Fackelträger in München und 2002 Team Attache der Schweizer Nationalmannschaft während der Leichtathletik EM im Münchner Olympiastadion. Die Senioren Weltmeisterschaften 2009 in Lathi (FIN) beendete er als Weltmeister über 800 m und bei den Hallenweltmeisterschaften in Linz (AUT) wurde er Weltmeister über 1500m.

Er kommt aus München und organisiert seit 2008 anlässlich des 850. Geburtstags der Stadt München, mit viel Engagement und Erfolg, den „Münchner-Kindi-Lauf“. Eine Laufveranstaltung für die ganze Familie. Am 08.05.2010 ist es wieder soweit es nehmen ca. 1200 Läufer teil.

Anlässlich seines alljährlichen Trainingslagers in Davos vom 13.03. bis 05.04.2010 besuchte er regelmässig die Trainingsräumlichkeiten der Hochgebirgsklinik Davos. Dabei standen ein spezifische Muskelaufbautraining sowie ein Ausdauertrainings mittels Laufband auf seinem wöchentlichen Trainingsplan. Selbstverständlich blieb auch noch etwas Zeit das therapeutische Sport- und Bewegungsprogramm der Allergieklinik –Zentrum für Kinder und Jugendliche- zu beobachten. Dabei motivierte er die jungen Asthmatiker regelmässig Sport zu treiben und wünschte ihnen möglichst lange den Spass und die Freude an der Bewegung zu erhalten.

Klaus Pleyer
Leiter Physikalische Therapie

