

Nr. 14
München, 15. Dezember 2016
Presseinformation

Kathrin Hagel
PR Manager
Tel. +49 89 949-21474
kathrin.hagel@
messe-muenchen.de

ISPO MUNICH 2017

Die neuesten Trends aus Health & Fitness

Ob neue Ernährungskonzepte oder Trainingsmethoden: auf der ISPO MUNICH, die vom 5. bis 8. Februar 2017 stattfindet, werden wieder zahlreiche Trends vorgestellt. So sind junge Frauen heute oftmals fitter und trainierter als je zuvor. Was steckt dahinter? Das erfahren Besucher in den Live-Vorführungen bekannter Trainerinnen. Neben Vorträgen auf der Health & Fitness Bühne präsentieren mehr als 120 Aussteller ihre Produktneuheiten aus dem Bereich Gesundheit und Fitness.

Wer sich über Gesundheits- und Fitnesstrends informieren möchte, ist auf der ISPO MUNICH in den Hallen B4 und B2 richtig. Durch das starke Wachstum im Segment „Health & Fitness“ wurde im vergangenen Jahr der Umzug in die größere Halle B4 nötig. Ergänzt wird dieses 2017 zudem durch das „Body & Mind Village“ in Halle B2, in dem in erster Linie die passende Fitness- und Wellnesskleidung präsentiert wird.

Fitnesstrends – Fitte Frauen mit Muskeln

Hartes Training ist mittlerweile auch bei Frauen angesagt. Sie wollen fit und trainiert aussehen. Was motiviert diese Frauen und welche Rolle spielen dabei Soziale Medien? Auf der ISPO MUNICH stellen bekannte Trainerinnen und Social Media Expertinnen ihr Konzept vor. Wie Marleen Schumacher und Svenja Sörensen von **Greenbodycamp**. Ihre Fitness-Outdoor-Events sind das Gegenteil von Wellness. Nicht umsonst nennen sich die beiden „Strengthility Coach“ und grüßen auf Instagram schon mal mit „Guten Abend ihr Kraftpakete“. Eine weitere Powerfrau in der Runde ist die angehende Ärztin und Personal Trainerin **Marie-Luise Klietz**, 25, ehemaliges Mitglied der Triathlon-Nationalmannschaft.

Wenn es um hartes Training geht, ist natürlich auch **Crossfit** mit dabei. Das Kraft- und Konditionstraining basiert auf funktionellen Übungen – und sorgt dafür, dass wir uns richtig auspowern. Einmal täglich steht dieses Training in der Functional Area auf dem Programm.

Deutlich sanfter geht es bei „**SYPC Boutique Barre**“ aus München zu. Übungen an der Ballettstange sorgen bei den Teilnehmerinnen für schlanke und weibliche Muskeln. **Boutique-Fitness** ist ein neuer Trend aus den USA und steht für kleine Gruppen und schicke Locations. (Halle B4, ISPO Health & Fitness Bühne, 8. Februar 2017, 10:00 bis 10:30 Uhr und 15:00 bis 15:30 Uhr)

Yoga

Schnell und anstrengend ist das Yoga von Young Ho Kim, Ausbildungsleiter der Inside Academy in Frankfurt. Er zeigt „Inside Flow“, eine dynamische und kraftvolle Yoga-Art, bei der die Übungen fließend ineinander übergehen. (Halle B4, ISPO Health & Fitness Bühne, 6. Februar 2017, 11:00 bis 11:30 Uhr und 16:00 bis 16:30 Uhr)

Aus den USA kommt der Kampfsportler und Yogi Cameron Shayne, Gründer der Budokan University, die Mixed Movement Arts lehrt – eine Mischung aus Yoga, Kampfkunst und Calisthenics, das sind Übungen mit dem eigenen Körpergewicht. Einen Vorab-Einblick in die kraftvolle Eleganz dieses Sports gibt es [hier](#). Life erleben Besucher ihn auf der ISPO MUNICH. (Halle B4, ISPO Health & Fitness Bühne, 5. Februar 2017, 14:00 bis 14:30 Uhr und 15:30 bis 16:00 Uhr)

Außerdem wird Jivamukti-Yogalehrer Patrick Broome, der die deutsche Fußball-Nationalmannschaft im Yoga trainiert, am 8. Februar um 11:30 Uhr vor Ort sein.

Für Yogafans empfiehlt sich zudem ein Abstecher zu den Top-50-Newcomern der Sportbranche. In der Kategorie Accessoires bei ISPO BRANDNEW hat zum Beispiel eine selbstaufrollende Yogamatte (Yoyomats) den ersten Platz erobert. (Halle B5, ISPO BRANDNEW VILLAGE)

Ernährung

Der richtige Proteinverzehr als Schlüssel zum Trainingserfolg. Wie Sportler den Körper bei Trainingseinheiten mit der richtigen Ernährung durch Proteinaufnahme

unterstützen können, erzählen Ironman Vize Weltmeister Andreas Raelert und PowerBar Ernährungsexpertin Corinne Mäder-Reinhard. Sie zeigen, wie man selbst gesunde und proteinreiche Muffins backen kann. (Halle B4, ISPO Health & Fitness Bühne, 5. Februar 2017, 11.30 bis 12.30 Uhr)

Running

Vom 160 Kilo-Mann zum Marathonläufer. Das war das Ziel von Micha Klotzbier, der im Januar 2015 noch 160 Kilogramm wog. Inzwischen ist er den Berlin-Marathon gelaufen. Wie er sein Ziel erreicht hat und wie er seinen Weg beschreitet, erzählt er gemeinsam mit seinem Trainer Piet Könnicke auf der ISPO MUNICH. (Halle B4, Health & Fitness Bühne, 6. Februar 2017, 11:30 bis 12:00 Uhr)

Welche Trends gibt es beim Laufen? Beim Lafschuhsymposium von Runner's World am 6. Februar im ICM – Internationales Congress Center München diskutieren Fachexperten Neuigkeiten rund ums Laufen. Erstmals wird in diesem Jahr ein Teil der Veranstaltungen für alle zugänglich auf der Health & Fitness Bühne stattfinden.

Mobile Anwendungen/ Wearables

Die bekanntesten Wearables sind Fitnessarmbänder. Sie erkennen Bewegungen, berechnen den Kalorienverbrauch oder messen den Puls. Doch die Anwendungen werden immer ausgefeilter und erobern ganz neue Bereiche: Im Skischuh angebracht geben sie Feedback bei Fahrfehlern (CARV), als Sensoren in heizbarer Kleidung (Clim8) sorgen sie dafür, dass niemand frieren muss. Zu sehen sind die Innovationen in Halle B5 im ISPO BRANDNEW VILLAGE. Zudem präsentieren Aussteller wie Garmin, Polar, Samsung und TomTom hierzu ihre Produktneuheiten in Halle B4. Weitere Brands finden sich auf der Sonderfläche „Mobile Health & Fitness“.

Alle Highlights und Termine aus dem Bereich [Health & Fitness](#) sind in der [Eventübersicht](#) zu finden. Darunter Vorträge von Tina Fischl, Langstreckenläuferin und Deutsche Berglaufmeisterin, Nils Frommhold, Triathlon-Profi und mehrfacher Ironman-Sieger und Felix Gottwald, mehrfacher Olympiasieger in der Nordischen Kombination (Skispringen und Skilanglauf) erwartet.

Alle Aussteller in diesem Segment [hier](#).

Weitere Informationen zur ISPO MUNICH finden Sie unter www.ispo.com und auf facebook.com/ispomunich

Über ISPO

SPORTS. BUSINESS. CONNECTED. ISPO ist die internationale Sports Business Plattform und versteht sich dabei als Partner der Sportbranche. Unter der Familienmarke ISPO befinden sich die weltgrößten Multisegment-Messen für Sports Business Professionals: ISPO MUNICH, ISPO BEIJING und ISPO SHANGHAI sowie das Online-Newsportal ISPO.COM mit einer eigenen Redaktion und die Services ISPO ACADEMY, ISPO OPEN INNOVATION, ISPO BRANDNEW, ISPO AWARD, ISPO JOB MARKET und ISPO TEXTRENDS. Mit diesen integrierten Angeboten unterstützt ISPO Unternehmen in jeder Entwicklungsstufe auf den globalen Sportmärkten 365 Tage im Jahr. Dabei werden relevante Marktentwicklungen identifiziert, Innovationen vorangetrieben sowie gezielt Consumer Experts eingebunden, um Orientierung über die internationalen Märkte geben zu können.

Messe München

Die Messe München ist mit mehr als 40 eigenen Fachmessen für Investitionsgüter, Konsumgüter und Neue Technologien am Standort München und im Ausland einer der weltweit führenden Messeveranstalter. Über 30.000 Aussteller und rund zwei Millionen Besucher nehmen jährlich an den Veranstaltungen auf dem Messegelände, im ICM - Internationales Congress Center München und im MOC Veranstaltungszentrum München teil. Außerdem veranstaltet die Messe München Fachmessen in China, Indien, der Türkei, in Südafrika und Russland. Mit einem Netzwerk von Beteiligungsgesellschaften in Europa, Asien und Afrika sowie über 60 Auslandsvertretungen für mehr als 100 Länder, ist die Messe München weltweit präsent.