

19.07.2013 – 08:03 Uhr

Schwimmen gewinnt Gold für Fitness

Spanien (ots/PRNewswire) -

Schwimmen gilt als eine der besten Sportart für ein langes und gesundes

Leben

Zuschauer, die sich die 15. FINA-Schwimmweltmeisterschaften ansehen, die in diesem Monat in Barcelona ausgetragen werden, gewinnen wahrscheinlich keine Medaille, wenn sie ihrer Fitness zuliebe schwimmen gehen, werden sie aber gemäss einer neuen Studie von Speedo ein gesünderes Leben führen als diejenigen, die andere Fitnessformen ausüben, einschliesslich der Sportarten an Land.

(Photo: <http://photos.prnewswire.com/prnh/20130719/629252>)

(Photo: <http://photos.prnewswire.com/prnh/20130719/629252-INFO>)

Laut dieser globalen Studie von Speedo, der weltweit führenden Marke für Bademoden, glauben 73 % der Menschen, die bereits schwimmen oder mit dem Schwimmen beginnen möchten, dass es die einzige Sportart ist, die man lebenslang ausüben kann.

Darüber hinaus finden 86 %, dass Schwimmen im Vergleich zu jeder anderen Sportart ein besseres Workout bietet, und 71 % fühlen sich durch Schwimmen körperlich fitter.

Es sind nicht nur gesundheitliche Vorteile, die Schwimmen zur besten Wahl für Fitness machen; es steigert auch die körperliche Attraktivität. Gemäss 76 % der Befragten führt regelmässiges Schwimmen zu einem besser aussehenden Körper als bei jeder anderen Sportart.

Die Studie stellt auch die Auffassung in Frage, dass Schwimmen ein weniger interessantes Fitnessprogramm sei. 84 % der Befragten glauben, Schwimmen mache mehr Spass als andere Sportarten, und 92 % behaupten, Schwimmen helfe beim Stressabbau.

Sean Hastings, Vice President des Bereichs Product Marketing bei Speedo, sagte: "Diese Studie bekräftigt die Vorteile des Schwimmens gegenüber anderen Sportarten. Wir hoffen, dies wird mehr Menschen dafür begeistern, ins Becken zu springen und ihrer Fitness zuliebe mit dem Schwimmen zu beginnen."

Ryan Lochte, Speedo-Botschafter und 11-maliger Olympiasieger, sagt: "Schwimmen ist eine brillante Sportart und eine gute Möglichkeit, Ihre Fitnessziele zu erreichen." Um Menschen zu ermutigen, ins Schwimmbad zu fahren und Schwimmen zu ihrem primären Fitnessprogramm zu machen, hat Speedo eine neue Kampagne unter dem Titel "Get Speedo Fit" gestartet. Beginnen Sie mit der 8-tägigen Championship Challenge, einem Trainingsprogramm, das während der 15. FINA-Schwimmweltmeisterschaften absolviert werden kann und bei dem Speedo einer der Hauptsponsoren ist. Downloaden Sie die Trainingsprogramme Starter [<http://newsroom.speedo.com/wp-content/uploads/2013/07/Get-Speedo-Fit-8-Day-Championship-Challenge-Starter.pdf>] (Anfänger), Improver [<http://newsroom.speedo.com/wp-content/uploads/2013/07/Get-Speedo-Fit-8-Day-Championship-Challenge-Improver.pdf>] (Fortgeschrittener) oder Performer [<http://newsroom.speedo.com/wp-content/uploads/2013/07/Get-Speedo-Fit-8-Day-Championship-Challenge-Performer.pdf>] (Hochleistungsschwimmer) vom Speedo-Newsroom.

Hinweise an Redakteure

Die Studie wurde von Vision Critical vom 4. bis 10. Juni 2013 durchgeführt. Dabei wurden 4.120 zufällig ausgewählte Erwachsene befragt, die ihren Wohnsitz im Vereinigten Königreich, den USA, Frankreich und China hatten. Die befragten Erwachsenen schwimmen derzeit, sind in der Vergangenheit geschwommen oder planen, den Sport aufzunehmen. Die Fehlerspanne - die die Variabilität unter den Musterpersonen misst - beträgt +/- 2 %. Diskrepanzen bei oder zwischen den Summen sind rundungsbedingt.

Über Speedo(R)

Speedo, die weltweit führende Bademodenmarke, hat eine Leidenschaft für das Leben in und um das Wasser. Das Unternehmen entwickelt revolutionäre neue Technologien, Designs und Innovationen und unterstützt den Schwimmsport vom Anfangsstadium bis zum Elitekader, wie zum Beispiel den phänomenalen Michael Phelps. In den 1920er Jahren machte Speedo Geschichte mit dem Racerback: dem weltweit ersten Badeanzug, der nicht aus Wolle gefertigt war. Im Jahr 2008 definierte Speedo die Bademode wiederum neu mit dem Fastskin LZR RACER - dem schnellsten und technologisch ausgereiftesten Badeanzug, der jemals geschaffen wurde. 2011 enthüllte Speedo eine andere weltweite Neuigkeit mit dem Fastskin Racing System - Kappe, Schutzbrille und Anzug, die so entwickelt sind, dass sie wie eine Einheit zusammenarbeiten. Speedo befindet sich im Besitz von Speedo Holdings B.V. und wird in über 170 Ländern auf der ganzen Welt vertrieben. Erfahren Sie mehr unter: <http://www.speedo.com>. SPEEDO, das Gerät ARROW, AQUALAB, RACING SYSTEM, SPEEDO-BIOFUSE, FASTSKIN, SPEEDO ENDURANCE, SPEEDO SCULPTURE und LZR RACER sind eingetragene Warenzeichen von Speedo Holdings B.V. und der Schwimmanzug LZR RACER ist weltweit mit Design-Rechten geschützt und patentiert. Auf FASTSKIN3 -Schwimmkappe, -Schutzbrille und -Anzug sind weltweit Design-Rechte und Patente angemeldet.

Photo:

<http://photos.prnewswire.com/prnh/20130719/629252>

<http://photos.prnewswire.com/prnh/20130719/629252-INFO>

Kontakt:

Medienkontakt: Susannah Lee, S&X Media Ltd, +44-(0)121-604-6366,
Susannah@sx-media.com

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100052449/100741456> abgerufen werden.