

Ressort: Sport

## Experten warnen Manager vor exzessivem Sport

Berlin, 28.10.2018, 00:00 Uhr

**GDN** - Experten warnen vor den Risiken von exzessivem Sport bei Führungskräften. "Viele Spitzenmanager überfordern sich und riskieren damit gesundheitliche Schäden", sagt Ingo Froböse, Professor an der Deutschen Sporthochschule in Köln und selbst Ex-Leistungssportler.

Dazu zählten Herz-Kreislauf-Probleme, aber auch Schäden am Bewegungsapparat, warnt er in der "Welt am Sonntag". Die meisten wollten sich beweisen, dass sie mit Mitte 50 noch Marathon laufen können - "doch damit schaden sie ihrer Gesundheit", so Froböse. Führungskräfte begeisterten sich für Rennen, bei denen sie durch ihre Teilnahme Leistungsfähigkeit demonstrieren könnten. Die Vernunft bleibe auf der Strecke. Die Manager würden überziehen und sich selbst überschätzen. Auch Nachwuchskräfte würden sich im Dienste ihrer Karriere körperlich überfordern. Laut Curt Diehm, ärztlicher Direktor der Max-Grundig-Klinik und spezialisiert auf die Behandlung von Führungskräften, sei die heutige Vorstandsgeneration sehr eitel, narzisstisch und dünnhäutig. Eine große Rolle spielt das Körpergewicht. So sagt Christine Stimpel, Partnerin bei der Personalberatung Heidrick & Struggles, Übergewicht werde oftmals als Zeichen interpretiert, dass die Manager sich gegen Zumutungen und Anforderungen von außen nicht genügend wehren könnten. "Man glaubt, sie sind nicht fähig, Grenzen zu ziehen und sind zu wenig selbstbestimmt." Wer zudem immer müde und ausgelaugt wirke, bekomme in der Karriere Probleme. "Schlanke Manager, die Energie ausstrahlen, signalisieren hingegen, dass sie die Dinge im Griff haben und auch delegieren können", so Stimpel.

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-114251/experten-warnen-manager-vor-exzessivem-sport.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

### Editorial program service of General News Agency:

UPA United Press Agency LTD  
483 Green Lanes  
UK, London N13NV 4BS  
contact (at) unitedpressagency.com  
Official Federal Reg. No. 7442619