



## **Firmenlauf: Bewegung ist Leben**

*Erschienen am 08.07.2014*

Bereits zum sechsten Mal hat das Running-Team des IFK nun am AOK-Firmenlauf entlang des Kemnader Stausees in Bochum teilgenommen. Auf einer Strecke von 5 km liefen die teilnehmenden IFK-Mitarbeiter.

Auf einer Strecke von 5 km liefen die teilnehmenden IFK-Mitarbeiter frei nach dem Motto „Bewegung ist Leben“ zusammen mit insgesamt ca. 1.800 Läuferinnen und Läufern in teilweise guten Zeiten ins Ziel. Im Vordergrund standen dabei aber der Teamgeist und der Spaßfaktor.

Dass sich die IFK-Läufer auch in ihrer Freizeit mit dem Thema gesundheitsförderndes Verhalten befassen und einen körperlich aktiven Ausgleich zu der überwiegend sitzenden Tätigkeit im Büro suchen, bekundete das IFK-Läufer-Team auch durch den Aufdruck „IFK – Bewegung ist Leben“ auf den Lauf-Shirts.