

LäuferWelt

AUSGABE #1

DAS LÄUFER MAGAZIN DES NORDENS

Lauf Kalender 2017

Alle Cup-Termine und die
Lauf-Highlights 2017

Mehr Power

Mit der richtigen Ernährung
das Training unterstützen.

Rezeptvorschlag für Sportler - Muffins

Ziele setzen, Ziele erreichen

SEITE 11

Zippel's Laufschule

Das Expertenteam um Profitrainer Andreas Fuchs hilft Ihnen bei der Beseitigung individueller Baustellen sowie dem Erreichen neuer Ziele.

SEITE 15

Auf den Spuren der Profis

Statt tristem Alltag und kalter Temperaturen – Sonne satt im Süden von Europa!

SEITE 35

Laufen im Wandel der Zeit

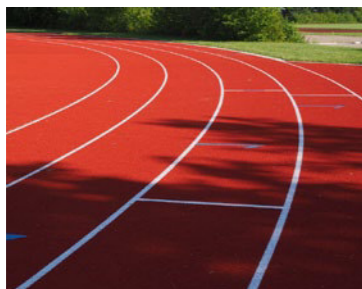
Nicht immer war Laufen die beliebte Sportart für jedermann, die es heute ist. Ein Blick in die historische Entwicklung.

LAUFEN ALS WETTKAMPF- ODER FREIZEITSPORT BEGEISTERT HEUTE MENSCHEN ÜBERALL AUF DER WELT.

Geschichte & Perspektive

KLASSISCHE LAUFBAHN

Die klassische 400 Meter lange Kunststoffbahn, auch Tartanbahn genannt, wird zunehmend abgelöst: Und zwar von Wald, Strand, Park oder aber der Straße. Wo man hinget und hinschaut – Läufer sind inzwischen überall unterwegs. Doch langweilig oder sinnlos ist das Training auf der Laufbahn dadurch noch lange nicht. Nirgends kann das Tempo besser kontrolliert werden und nirgends kann man besser sein Intervalltraining absolvieren.



TREND

Was vor einigen Jahren noch als etwas gewöhnlich und wenig spektakulär galt, ist heute Trendsport und bei allen Altersklassen angesagt. Laufclubs sprießen aus dem Boden, übers Internet wird nach passenden Gleichgesinnten gesucht und der Sport wird zu einer Art Gruppenevent. Besonders in Zeiten, in denen der berufliche Alltag den Menschen immer mehr abverlangt, wird nach einem flexiblen Ausgleich gesucht. Laufen eignet sich dafür hervorragend: Denn es ist weder zeitlich gebunden, noch wird eine umfangreiche Ausrüstung benötigt.



Text: Jana Walther Fotos: Zippel's Läuferwelt GmbH, pixabay.com



JEDER LÄUFT MIT

LAUFEN BEGEISTERT – UND ZWAR ZUNEHMEND UNABHÄNGIG VON ALTER UND GESCHLECHT.

Seit Mitte der 80er-Jahre lässt sich eine Renaissance des Laufsports beobachten. Die Zahl und Größe der Straßenlaufwettbewerbe wächst stetig und die Bandbreite der Teilnehmer reicht von Gelegenheitsjoggern bis hin zu Weltrekordläufern.

Laufen im Wandel der Zeit

NICHT IMMER WAR LAUFEN DIE BELIEBTE SPORTART FÜR JEDERMANN, DIE ES HEUTE IST. EIN BLICK IN DIE HISTORISCHE ENTWICKLUNG.

HISTORISCHES

Schon in der Antike wurde das Laufen zunehmend professionalisiert. Pharaonen schickten ihre Landvermesser hinaus, um zu erfahren, wie groß ihr Reich war. Und Alexander der Große nahm sogenannte Schrittzähler auf seine Feldzüge mit, um die zurückgelegten Strecken zu dokumentieren. Die ersten bekannten Wettkämpfe gehen auf die Olympischen Spiele im 7. Jahrhundert vor Christus in Griechenland zurück: Der Waffenlauf

oder eine Strecke von 1500 Metern waren nur zwei der beliebten Disziplinen. Im Mittelalter dann wieder der Wechsel ins Berufliche: Botenläufer waren ein wichtiges Mittel zum Überbringen von Nachrichten. Die Wiedergeburt des Laufens als Wettkampf ist den Engländern zu verdanken. Sie wetteten, ob es zu schaffen sei, eine festgelegte Strecke in einer bestimmten Zeit zurückzulegen. Ab 1896 erhielten Laufwettbewerbe mit den Olympischen Spielen der Moderne internationalen Stellenwert. Mit einer Strecke von 38 Kilometern gab es

dann auch den ersten Marathonlauf – 1908 wurde die Strecke auf die heute noch immer gültigen 42,195 Kilometer verlängert.

Die Volksläufe wurden seit den 60er-Jahren immer populärer. Der Wettkampfgeist packte von da an nicht mehr nur die Profisportler. Mehr und mehr kamen auch weitere Gründe für das Lauftraining hinzu: Gesundheit, Gewichtsreduzierung oder Stressabbau. Die Parks, Wälder, Promenaden und Straßen sind heute voll von Freizeitläufern – jeder mit seinem ganz eigenen Lauf-Hintergrund.



LIMITLESS
CUSHION

THE FRESH FOAM 1080

Science you can feel. Designed directly from the data of runners like you, the ultra plush Fresh Foam 1080 puts you at the cutting edge of cushioning.
newbalance.com



LEICHTATHLET STEFFEN ULICZKA

FÜR DEN MARATHON-MANN AUS DEM NORDEN IST ES WICHTIG, SEINE SELBSTGESETZTEN ZIELE ZU ERREICHEN. MIT DRUCK UND AUFREGUNG BEIM WETTKAMPF KANN ER INZWISCHEN GUT UMGEHEN.

Sich beim Wettkampf mit den Gegnern zu messen – Mann gegen Mann, der Schnellere gewinnt. Dieses Gefühl ist für den Profi-Sportler Steffen Uliczka unbeschreiblich. Und genau dieses Gefühl ist einer der Gründe, warum der gebürtige Preetzer sich dem Leistungssport verschrieben hat. „Sich direkt miteinander zu messen: Das ist noch viel besser, als eine bestimmte Zeit erreichen zu wollen“, sagt er.

EIGENER ANTRIEB

Doch die Wettkämpfe machen nur den kleineren Teil des Leistungssports aus. Die meiste Zeit nimmt das Training in Anspruch. Auch dabei empfindet Uliczka ein besonderes Gefühl. Es ist weniger der Wettkampfgeist als die Faszination der Bewegung an sich. „Sich aus eigenem Antrieb so schnell fortbewegen zu können und den Körper zu fordern: Das ist für mich das Erstaunliche daran. Und außerdem macht es mir einfach unglaublich viel Spaß.“

LEISTUNGS- & HOCHLEISTUNGSSPORT

Intensives Training, Wettkampfgeist, Geduld, Ausdauer und viel Kraft – körperlich sowie psychisch: Diese Dinge braucht es, um im Leistungs- und Hochleistungssport erfolgreich zu sein. Einer der wohl bekanntesten Leichtathleten Schleswig-Holsteins, der all das mitbringt, ist der **Hindernis- und Marathonläufer Steffen Uliczka**.

ERFOLGE

Die Teilnahme an den Olympischen Spielen 2012 in London seien sein bisher größter sportlicher Erfolg im Leben gewesen. „Auch, wenn ich dort selbst keine Medaille gewinnen konnte, war es für mich ein ganz besonderes Erlebnis, das ich nie vergessen werde“, sagt der mehrfache Deutsche Meister im 3000 Meter Hindernislauf. Inzwischen hat Steffen Uliczka den Marathon für sich entdeckt. Auch im nächsten Jahr plant er, wieder an einigen großen Läufen teilzunehmen.

Natürlich hat man als Leistungssportler auch immer wieder mit Rückschlägen zu kämpfen. Auch Uliczka kennt dieses Gefühl. Erst 2016 platzte für ihn verletzungsbedingt der Traum von Olympia in Rio. Trotzdem findet der 32-Jährige immer wieder die Kraft, sich neu zu motivieren. „Ein bisschen steckt das schon in einem drin. Außerdem sollten die Ziele, die man sich steckt, realistisch sein und man muss aus seinen Fehlern lernen“, sagt er. Natürlich sei es aber auch die Anerkennung nach sportlichen Erfolgen, die ihn immer wieder zum Laufen antreibe.



Text: Jana Walther Fotos: Zippel's Läuferwelt GmbH

WARUM EIGENTLICH GERADE LAUFEN?

Laufen ist nicht mehr nur eine beliebte Disziplin bei Profisportlern. Längst hat es sich zu einem massentauglichen Breitensport entwickelt. Doch die Hintergründe für die Laufmotivation sind oftmals sehr verschieden. Während der eine den Ausgleich zum hektischen Alltag sucht, hat das Laufen für den anderen fast schon eine Art Lifestyle-Charakter.



GESUNDHEIT

Beim Lauftraining am frühen Morgen kann Sabrina Munser (42) spüren, wie es sie fordert und fit hält.

Für die gelernte Arzthelferin aus dem Kreis Rendsburg-Eckernförde geht es schon vor der Arbeit raus an die frische Luft. Dabei steht für sie vor allem eines im Vordergrund: die eigene Gesundheit. „Ich möchte mir selbst und meinem Körper dadurch etwas Gutes tun. Wir haben nur dieses eine Leben und müssen sorgfältig damit

umgehen“, findet die 42-Jährige. Dabei ist es sogar wissenschaftlich erwiesen, dass sich regelmäßiges Lauftraining positiv auf die Gesundheit auswirkt. So wird durch die sportliche Betätigung unter anderem das Risiko gemindert, eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erleiden. Gleichzeitig werden Infektionskrankheiten vorgebeugt, die Blutzirkulation verbessert und die Muskulatur im Rumpfbereich gestärkt. Somit schützt laufen auch vor Rückenschmerzen.



ABNEHMEN

Wer abnehmen will, muss Sport treiben. Und genau deshalb hat Carsten Runge, Filialleiter von Zippel's Läuferwelt auf Sylt, vor knapp einem Jahr wieder mit dem Laufen angefangen – und schon einige Kilos mit dem regelmäßigen Training verloren. Jahrelang hat der 49-Jährige Leistungssport betrieben. Handball und Zehnkampf waren seine sportliche Leidenschaft. „Als ich mit dem Sport aufgehört habe, war die Motivation erst einmal weg und ich bin aus dem Leim gegangen“, erzählt Runge. Bei 150 Kilogramm habe er dann die Reißleine gezogen. Ernährungsumstellung und Sport standen auf dem Programm. Zwei bis drei Mal in der Woche schnürt der Geschäftsführer jetzt die Laufschuhe. Auf der Insel und in seinem Wohnort Leck geht es bei jedem Training eine Dreiviertelstunde am Strand entlang, durch Wald oder Wohngebiet. „Das Laufen hilft mir dabei, wieder zu meinem Wohlfühlgewicht zu kommen.“



LIFE-STYLE

Dass Laufen den Stoffwechsel anregt,



ist auch für die 21-Jährige Michelle Lange ein wichtiger Faktor. Die junge Frau aus Kiel hat den Sport erst vor einem Jahr für sich entdeckt, als sie wegen des Studiums von Nordrhein-Westfalen nach Schleswig-Holstein gezogen ist. Doch die positiven Auswirkungen auf die Figur seien dabei längst nicht alles. Michelle trifft sich regelmäßig mit einer Freundin zum Lauftraining – Zusammen geht es dann meist in den Kieler Schrevenpark. „Es ist schön, ein gemeinsames Hobby zu haben. Natürlich quatschen wir auch nebenbei mal und wir treffen auch Leute, die wir kennen“, sagt sie. Ein paar Selfies mit dem Smartphone werden dann auch manchmal gemacht und die zurückgelegten Strecken stolz in den sozialen Netzwerken geteilt. Dafür gebe es dann auch reichlich Zustimmung von den virtuellen Freunden. „Das motiviert natürlich auch noch mal.“ Die passende Kleidung sei der modebewussten

Studentin dabei ebenfalls wichtig. „Ich gehe gerne shoppen und das hört bei den Laufsachen längst nicht auf“, so die 21-Jährige.



STRESS-ABBAU

Dem hektischen Alltag entfliehen, kurz abschalten und einfach mal bei sich selbst und in der Natur sein: Laufen ist für viele Menschen ein geeignetes Mittel zum Stress-Abbau. Auch der Kieler Börrie Schneider hat das Laufen für sich entdeckt: „Laufen ist für mich vor allem Sport, aber es hilft auch, den Kopf frei zu bekommen.

So manches Problem, was sich am Schreibtisch als zäh erweist, findet beim Laufen seine Lösung“, sagt der Rechtsanwalt und Notar. Daneben schätzt der 42-Jährige am Laufen, dass man es gänzlich losgelöst von festen Trainingszeiten und Wetter immer und überall machen kann: „Bei meinem Beruf ist es sehr hilfreich, wenn ich Sport flexibel in den Alltag integrieren kann.“ Außerdem lässt sich Laufen auch gut mitnehmen, findet der Kieler, da sich das Gewicht des Reisegepäcks lediglich um ein paar Laufschuhe und ein bisschen Bekleidung erhöht. Zwei bis drei Mal in der Woche schafft es Börrie Schneider, für ein bis zwei Stunden draußen laufen zu gehen.

Text: Jana Walthert Fotos: Zippel's Läuferwelt GmbH, pixabay.com

SCHUHENTWICKLUNG

■ SEIT 1979 ■



INNOVATION PRODUKTION

Ein passgenauer Laufschuh frisch aus dem 3D-Drucker: Was bisher nur den Medaillengewinner der Olympischen Spiele 2016 in Rio de Janeiro vergönnt war, wird wohl in naher Zukunft auch dem Ottonormalverbraucher zugänglich gemacht. Adidas hat diese moderne Produktionstechnik für die Laufschuhzwischensohle im Sommer 2016 vorgestellt – und die Athleten mit Futurecraft 3D ausgestattet.

Neben Adidas arbeiten u.a. die Hersteller Nike, Under Armour und New Balance bereits an der Fertigung von Sportschuhen per 3D-Drucker und Roboter. Zeit und Geld für Transport und Personal können durch dieses vollautomatische Verfahren eingespart werden, denn die maschinelle Produktion kann vor Ort geschehen. Hightech sorgt außerdem dafür, den Kundengeschmack noch genauer zu treffen.



Text: Jana Walthner Fotos: Zippel's Läuferwelt GmbH

Geschichte

LAUFSCHUHE UND IHRE TECHNISCHEN INNOVATIONEN

1979

AIR-TECHNOLOGIE

Der US-amerikanische Raumfahrt-Ingenieur Marion Franklin Rudy entwickelte in Kalifornien das erste stoßdämpfende Sohlensystem. 1979 ließ er kleine, gasgefüllte Membranen patentieren, die in die Sohlen von Laufschuhen integriert wurden. Nike sicherte sich das Patent. Die Kapsel der Schuhe besteht aus Polyurethane, welches verhindert, dass das eingeschlossene Gas nach außen entweichen kann. Heute ist diese Technologie unter dem Namen Nike Air bekannt.

1989

TORSION SYSTEM

Als adidas Ende der 80er-Jahre Laufschuhe mit dem damals völlig neuem Torsion System auf den Markt brachte, galt dies als Revolution in der Branche. Dank völlig neuer Dämpfung und Unterstützung der Bewegungsabläufe konnte nun jeder laufen. Das deutsche Unternehmen hatte es geschafft, eine Technologie zu entwickeln, die dem Fuß volle Beweglichkeit in seiner natürlichen Bandbreite ermöglicht und gleichzeitig vor zu starker Verdrehung schützt.

1997

WAVE-TECHNOLOGIE

Produktentwickler des japanischen Unternehmens Mizuno kamen auf die Idee der Wave-Technologie, als sie untersuchten, wie Aufprallkräfte in der Natur wirken. Dabei stellten sie fest, dass sowohl Schall- als auch Flutwellen die Energie verteilen und verringern. Diese Erkenntnisse nutzten sie, um 1997 die in dieser Form erste Zwischensohle der Welt zu entwickeln. Bekannt wurde sie unter dem Namen Waveplatte. Aufprallkräfte werden durch sie reduziert und verteilt.

2010

CLOUD-TEC

Das Schweizer Unternehmen On kam 2010 mit einem eigens entwickeltem Dämpfungssystem auf den Markt: Die sogenannte Cloud-Tec sollte es möglich machen, wie auf Wolken zu laufen. Die Idee dahinter: weich landen, hart abstoßen. Ein Schweizer Ingenieur entwickelte diese Sohlentechnologie, die beim Landen dämpft und beim Abstoß wiederum hart wird. 2014 bereits brachte die Firma mit dem „On Cloud“ den leichtesten, vollgedämpften Laufschuh der Welt raus.

BLICK IN DIE ZUKUNFT

Die digitale Revolution dringt in die Welt der Laufschuhe. Nicht nur die Produktion wird davon beeinflusst, sondern auch der Schuh selbst: Ein integrierter Chip, der Geschwindigkeit und Kalorienverbrauch misst, oder ein sog. „Smartshoe“, der vor Fehlbelastung warnt.



Ex-Profis starten neu durch

LADENINHABER KERSTIN UND FRANK KÜHRMANN

Sie leben für das Laufen – und das schon seit mehr als 30 Jahren: Die beiden ehemaligen Leistungssportler aus der Ex-DDR Kerstin und Frank Kührmann haben vor eineinhalb Jahren den Schritt in die Selbständigkeit gewagt. In der Lübecker Altstadt hat das Ehepaar eine Filiale von ZipPel's Läuferwelt eröffnet. Damit haben sich die Kührmanns einen langjährigen Traum erfüllt

und können ihre Lauf-Erfahrungen im täglichen Berufsleben weiter nutzen: „Wir sind über die Liebe zum Laufen und den Leistungssport 1990 in Lübeck in den Laufschuhhandel gekommen. Es gibt nichts Besseres für uns. Wir haben unsere Berufung zum Beruf gemacht – ein wirklich tolles Gefühl“, sagen sie.

ERFOLGREICHE LÄUFER

Die lebensgroßen Bilder an den Wänden des auf Laufsport spezialisierten Fachgeschäfts in der Lübecker Altstadt zeigen nicht einfach irgendwelcher Läufer. Die Frau mit den kurzen Haaren im Nationaltrikot ist Ladenbesitzerin Kerstin Kührmann bei ihrer Teilnahme an der Halbmarathon-WM 1993 im belgischen Brüssel. Ein paar Meter daneben hängt das Bild eines Läufers in knappen Shorts: Ehemann und Geschäftspartner Frank Kührmann beim Hamburg-Marathon Anfang der 90er-Jahre. Auch wenn diese sportlichen Erfolge schon einige Jahre zurückliegen: Hier stehen seit eineinhalb Jahren zwei echte Lauf-Profis im Geschäft von ZipPel's Läuferwelt und helfen laufbegeisterten Lübeckern bei der Suche nach dem passenden Schuh.

BESTZEITEN IM WETTKAMPF

Schon im Alter von 14 Jahren ging es für die in Prenzlau geborene Kerstin Kührmann aufs Sportinternat. Auch Frank Kührmanns Talent wurde schon zu Schulzeiten in Wismar entdeckt und gefördert. Was folgte waren zwei professionelle Laufkarrieren: Die Marathonstaffel im südkoreanischen Seoul, die Teilnahme an der Weltmeisterschaft in Brüssel, mehrfacher Schleswig-Holstein Meister – die Liste der Erfolge ist lang. Die heute 50-Jährige hält zudem noch immer die Schleswig-Holsteinischen Landesrekorde über Halbmarathon und 10.000 Meter, die sie 1993 aufgestellt hat. Und Ehemann Frank (48) war der letzte Lübecker, der die 10.000 Meter auf der Bahn und auf der Straße in unter 30 Minuten gelaufen ist. Seit sich die beiden 1988 auf einer Wettkampffahrt kennengelernt haben, ging es auch privat weiter bergauf.

BERUFUNG WIRD BERUF

Doch dass sie nicht ihr ganzes Leben lang Leistungssportler bleiben konnten, war ihnen von Anfang an klar. Deshalb haben beide auch einen klassischen Beruf erlernt: Kerstin ist Bauzeichnerin, ihr Mann gelernter Koch. Doch nach der langjährigen Laufkarriere, die sie verletzungsbedingt aufgeben mussten, war ihnen klar: In diese Berufe möchten sie nicht wieder zurück. Es musste etwas mit Laufen zu tun haben. So sind sie nach der Wende ins Sporthändler-Business gekommen und schließlich nach Lübeck. Nachdem sie die Prüfung zum Einzelhandelskaufmann und -kauffrau abgelegt hatten, ging es immer weiter bergauf. Sie übernahmen mehr und mehr Verantwortung, kümmerten sich um Auszubildende, bekamen neue Aufgaben hinzu – bis hin zum Managerposten und zur Filialleitung. „Wir haben aber schon immer mit dem Gedanken geliebäugelt, etwas Eigenes aufzuziehen“, erzählt Kerstin.

BECKERGRUBE 24-26 | 23552 LÜBECK | 0451-50 612 752

Standort Lübeck

IM JULI 2015 ERÖFFNETEN DIE EX-PROFI-LÄUFER KERSTIN UND FRANK KÜHRMANN ZIPPEL'S LÄUFERWELT IN LÜBECK. SEITHER IST DER LADEN IM ZENTRUM ANLAUFPUNKT FÜR LAUFSORTBEGEISTERTE IN DER REGION. AUF 140 QUADRATMETERN BIETET DAS DUO EINE GROSSE AUSWAHL AN LAUFSCHUHEN UND SPORTKLEIDUNG SOWIE EINE KOMPETENTE FACHBERATUNG – FÜR EINSTEIGER BIS HIN ZU WETTKAMPFORIENTIERTEN LÄUFERN.



Text: Jana Waltherr Fotos: central-studios.com

asics

HIT THE ROAD

MIT DEM NEUEN GEL-PURSUE 3



WANT IT MORE

KONTAKT NACH KIEL

Zippel's Läuferwelt-Gründer Rainer Ziplinsky kannte das Ehepaar schon von früheren Läufen. „Anfang der 90er-Jahre haben wir uns beim Kiel-Lauf gesehen“, erinnert sich Kerstin. „Ich glaube, ich halte immer noch den Streckenrekord von damals – Da war das noch der 10-Meilen-Lauf“, sagt sie lachend. Kurzerhand rief ihr Ehemann den Kieler Geschäftsmann an und besprach mit ihm die Möglichkeit, einen eigenen Laden in Lübeck zu eröffnen. „Dann ging alles ganz schnell“, berichtet Frank. Das erste Gespräch Anfang 2015, Ladeneröffnung bereits sechs Monate später am 2. Juli. Rainer Ziplinsky hatte ohnehin die Hansestadt als Standort ins Auge gefasst, doch einen passenden Partner dafür noch nicht gefunden. Mit den Kührmanns war er sofort auf einer Wellenlänge.

IDENTIFIKATION

Schließlich brauchte Rainer Ziplinsky jemanden, der sich mit dem Geschäft auch identifiziert. Und wer könnte das besser als leidenschaftliche Läufer? „Wir können uns in die Kunden richtig hineinversetzen – Wir teilen schließlich alle ein gemeinsames Hobby“, sagt Frank. Das mache die Beratung eben so authentisch. Die größte Herausforderung sei für die Geschäftsinhaber der Aufbau des neuen Ladens gewesen. Schließlich mussten sie alles neben ihrem Fulltimejob in einem anderen Sportfachgeschäft organisieren. „Das war schon eine Doppelbelastung. Aber die harte Arbeit hat sich wirklich gelohnt“, so Kerstin.

Zum Ausgleich im Berufsleben gehen die beiden natürlich noch immer viel laufen. Vier bis sechs Mal in der Woche schnürt

Frank Kührmann die Sportschuhe, seine Frau gibt zudem noch jeden Donnerstag ein Lauftraining. Manchmal geht es auch zur Abwechslung mit dem Mountainbike durch die Natur. Ob sie dem Leistungssport manchmal noch hinterhertrauern? „Eigentlich nicht. Ich habe alles, was ich mir vorgenommen hatte, geschafft“, so Kerstin. „Jetzt blicken wir weiter nach vorne und stürzen uns mit all unserer sportlichen Energie in den Laden.“



Geschäftsmodelle

MIT DER ERÖFFNUNG DES ERSTEN GESCHÄFTS VON ZIPPEL'S LÄUFERWELT IN KIEL VOR 34 JAHREN HAT ALLES ANGEFANGEN. INZWISCHEN IST DER LADEN IN DER LANDESHAUPTSTADT LÄNGST NICHT MEHR DAS EINZIGE FACHGESCHÄFT VON RAINER ZIPLINSKY.

Text: Jana Waltherr Fotos: Zippel's Läuferwelt GmbH

Insgesamt fünf Läden von Zippel's Läuferwelt gibt es bereits in ganz Schleswig-Holstein: In Kiel, Lübeck, Flensburg, Norderstedt und seit Kurzem auch auf Sylt werden Laufbegeisterte von Rainer Ziplinskys Team mit dem passenden Laufschuhwerk ausgestattet. Für jeden der Standorte wurde eine eigene GmbH gegründet, in welcher der Zippel's Gründer zu einhundert Prozent Gesellschafter ist.

Ausnahme ist der Standort in Lübeck. Mit Kerstin und Frank Kührmann hat Ziplinsky zwei Laufbegeisterte vom Fach gefunden, die ebenfalls als Gesellschafter ins Geschäft eingestiegen sind. Ziplinsky und das Ehepaar sind somit gemeinsam Inhaber der Filiale. Solch eine Beteiligung sehe er als ein Zukunftsmodell an, dass er sich auch für weitere Geschäfte vorstellen könnte. Konkrete Pläne gebe es zwar

noch nicht, doch mit einer Beteiligung geeigneter Partner sehe Ziplinsky durchaus Expansions-Möglichkeiten. In Schleswig-Holstein werde es aber keine weiteren Eröffnungen geben. Doch der Blick zum Beispiel in Richtung Niedersachsen könnte durchaus lohnenswert sein – immer unter der Voraussetzung, passende Partner zu finden. Auch gebe es die Möglichkeit, in bestehende Geschäfte einzusteigen.

IMPRESSUM

Herausgeber

RAINER ZIPLINSKY

ZIPPELS LÄUFERWELT
VERANSTALTUNGS GMBH

FLEETHÖRN 25
24103 KIEL
0431 66947271
VERANSTALTUNGEN@ZIPPELS.DE

Redaktion

HELENA WETJEN
JANA WALTHER (TEXTKOMBÜSE)
JENNIFER ZORNIG
THOMAS BECK

Kontakt

ZIPPELS LÄUFERWELT
VERANSTALTUNGS GMBH

FLEETHÖRN 25
24103 KIEL
0431 66947271
VERANSTALTUNGEN@ZIPPELS.DE

WWW.ZIPPELS.DE

Gestaltung

CENTRAL STUDIOS KIEL
WERBEAGENTUR
DIECKERT + NOCKEL GBR

GUT MÖGLIN BEI KIEL
24796 MÖGLIN

0431 26090466
INFO@CENTRAL-STUDIOS.COM

WWW.CENTRAL-STUDIOS.COM

Druckerei

TECHNIKER KRANKENKASSE
BRAMFELDER STRASSE 138
22305 HAMBURG

FOTO TITEL:
ISTOCKPHOTO.COM

FÜR DIE INHALTE, INSBESONDERE FÜR TERMINE UND PREISE, ÜBERNIMMT DER HERAUSGEBER KEINE GEWÄHR.

DAS BESTE AUS ZWEI WELTEN!

ANDROID WEAR™ /
ÜBER 4.000 APPS & EINZIGARTIGE
POLAR ACTIVITY- & TRAININGSFUNKTIONEN

#NOWYOUCAN

**POLAR M600
SMARTWATCH**

- GPS
INTEGRIERTES GPS
- SCHLAF-QUALITÄT
- PULSMESSUNG AM HANDGELENK
- SPORT-PROFILE
- ACTIVITY BENEFIT
- 24/7 ACTIVITY TRACKING

POLAR
PIONEER OF WEARABLE SPORTS TECHNOLOGY