Wallenborn trifft Wallenborn

Vor dem Heimspiel gegen den SC Paderborn besuchten die FC-Spieler Patrick Helmes und Andre Wallenborn die Wallenborn Sporthopädie in Köln-Deutz zur Haltungs- und Bewegungsanalyse. FC-Nachwuchshoffnung Andre Wallenborn und Christoph Wallenborn, Geschäftsführer der Wallenborn Sporthopädie GmbH, trafen sich dabei erstmals persönlich. Durch die Namensgleichheit und die Tatsache, dass Christoph Wallenborn einen Sohn im Alter von Andre hat, kommt es immer wieder zu lustigen Verwechslungen. „Letztes Jahr haben mir zahlreiche Freunde zum Gewinn des DFB-Pokals der U19 gratuliert, obwohl Andre und ich keinerlei verwandtschaftliche Beziehungen haben“, erzählt Christoph Wallenborn dem GeißbockEcho.

Geschäftsführer Christoph Wallenborn (Mitte) zeigte Andre Wallenborn und Patrick Helmes die Sporthopädie GmbH.

Ziel der Untersuchungen war das Erkennen möglicher Fuß-, Knie-, Bein-, Hüft- und Beckenfehlstellungen sowie das Aufspüren von muskulären Dysbalancen und daraus resultieren Fehlhaltungen und Veränderungen im Bewegungsablauf. Die Ursachen für belastungsbedingte Beschwerden zu finden, ist eine Aufgabe, auf die sich Mitarbeiter der Wallenborn Sporthopädie GmbH spezialisiert haben. In Zusammenarbeit mit den Physiotherapeuten des 1. FC Köln werden auf Grundlage der Ergebnisse die Therapie- und Trainingsmöglichkeiten erörtert. Eine mögliche Versorgung mit orthopädischen oder sensomotorischen Einlagen wird dabei immer durch Trainingsempfehlungen flankiert. „In den meisten Fällen macht eine Einlage nicht automatisch gesund. Aber in Kombination mit regelmäßigen Kräftigungs- und Dehnübungen sowie Koordinationstraining kann sie helfen, die Beschwerden zu vermindern“, weiß Marc Humpert, Leiter des Diagnostik- und Trainingszentrums der Wallenborn Sporthopädie GmbH.

„Bei vielen Läufern haben die Beschwerden laufstilbedingte Ursachen. Die Analyse der Laufbewegung aus der seitlichen Perspektive ermöglicht es uns, die Lauftechnik zu beurteilen“ sagt Humpert. Laufanfänger und ambitionierte Läufer profitieren dann gleichermaßen von den wertvollen Hinweisen für einen beschwerdefreien und schnelleren Laufstil, denn generell ist eine gute lauftechnische Ausbildung in Verbindung mit einem Athletiktraining dem präventiven Einsatz von orthopädischen Einlagen vorzuziehen. Auf die kompetente und freundliche Beratung der Wallenborn Sporthopädie GmbH vertrauen auch zahlreiche Leistungs- und Breitensportler aus anderen Sportarten.

Nähere Informationen

zur Wallenborn Sporthopädie erhalten Sie unter wallenborn.de oder: Wallenborn Sporthopädie, Helenenwallstr. 12, 50679 Köln, Tel. 0221|9810360.

Schwitzen für den guten Zweck

Ihr Herz schlägt für den 1. FC Köln? Um Herzfrequenz und Gesundheitswerte immer im guten Bereich zu halten, sollte man nicht nur den Stadionsitz warmhalten, sondern sich auch ausreichend bewegen. Die AOK Rheinland|Hamburg, Partner des 1. FC Köln, wird deshalb beim Heimspiel des FC gegen Greuther Fürth die Leistungsfähigkeit der Fans im RheinEnergieStadion unter dem Motto „Fit wie die Profis?“ testen. Zwei Stunden vor dem Anpfiff öffnen die AOK Fitness-Stationen an der Glasbox hinter der Südtribüne sowie in der Business Lounge. Auch neben dem Spielfeldrand wird geschwitzt, wenn Stadionsprecher Michael Trippel, Cat Ballou und viele weitere auf dem Ergometer Gas geben. Dabei können Fans nicht nur ihre Fitness unter Beweis stellen, sondern auch Gutes tun. Für jeden gefahrenen Kilometer erhält der Förderverein für krebskranke Kinder e.V. Köln 10 Euro. Außerdem werden unter allen Teilnehmern attraktive Preise wie das limitierte Karnevalstrikot, mit dem der FC gegen Greuther Fürth aufläuft, verlost – natürlich handsigniert von den FC-Profis.

75_Wallenborn.indd 75 19.02.2014 13:58:11