

CLAUDIA ECKARDT, EINE GANZ GEWÖHNLICHE PERSON? NEIN, MITSICHERHEIT NICHT! SEIT CIRCA EINEM JAHR BETREIBT DIE GEBÜRTIGE KRONACHERIN EINE WELLNESSPRAXIS FÜR STRESSMANAGEMENT, ERNÄHRUNGSBERATUNG UND MASSAGEN IN KÜPS. WIR WAREN ZU GAST BEI DEM „QUIERLIGEN KRAFTBÜNDEL“ MIT DEN VIELSEITIGEN INTERESSEN, DENN SIE HAT WIRKLICH GROSSES VOR.



## EGGI SCHWIMMT FÜR JAPAN! WER HILFT MIT?

Als Hauptaufgabe im täglichen Berufsleben sieht sie Kindern beim Abnehmen zu helfen. Claudia ist gelernte Kinderpflegerin, Ernährungsberaterin und hat Ausbildungen zur Akupressur und diversen Massagetechniken (z.B. Antistress- und Wellnessmassage) abgeschlossen.

Sie gibt auch diverse Seminare, so zum Beispiel an einer Hochschule. Dort lernen Lehrer wie sie nach Unterrichtschluss abschalten oder wie sie wieder neue Energie tanken können.

Des Weiteren singt sie sehr gerne, ob auf Galaabenden, Geschäftseröffnungen, Sportveranstaltungen oder Hochzeiten. Die Talente der 29-jährigen scheinen schier unerschöpflich, denn sie ist auch eine leidenschaftliche Schwimmerin.

### Schwimmspenden-Aktion für Japan

Seit circa fünf Jahren nimmt Claudia Eckardt an Schwimmveranstaltungen teil, beziehungsweise trainiert im Wasser. Zweifelsohne liegen im Ausdauerbereich ihre größten Stärken. An zahlreichen 12- oder 24-Stunden Schwimmen nahm Eggi schon mit Erfolg teil. Ihr Rekord liegt bei einer Strecke von 46,6 Kilometer, wobei sie sich 21 oder 22 Stunden im Wasser aufgehalten hat. Respekt!

Vom 23. - 25.04.2011 nimmt sie am „48 Stunden Schwimmen“ in Spremberg teil. Um sich auf dieses Event erfolgreich vorzubereiten, übt sie meistens nachts und schwimmt bis in die frühen Morgenstunden. Die Schwimmbäder aus Küps und Ebersdorf bei Coburg

erleichtern ihr diese Vorbereitung erheblich, in dem sie ihr die Schlüssel der Bäder zur Verfügung stellen, somit kann sie auch außerhalb der üblichen Öffnungszeiten im kühlen Nass trainieren.

Mit medialen Techniken probiert sie bei derartigen Veranstaltungen wieder Kraft zu schöpfen, da der Kraftaufwand bei solchen Langstreckenwettkämpfen enorm ist. Fit hält sie sich unter anderem auch mit Fahrradfahren und Laufen.

Unterstützung bekommt sie vom Bundestrainer für Langstreckenschwimmen Herrn Lurz, der Claudia auch mit fundierten Trainingsplänen ausstattet. Unser Bild zeigt Eggi mit dem Bundestrainer und Bruder von Schwimmweltmeister Thomas Lurz in der Hall-

of-Fame des Würzburger Schwimmvereins. Im Hintergrund sieht man die Tafeln der Würzburger Teilnehmer für olympische Spiele.

Einen sozialen Gesichtspunkt hat die ganze Geschichte auch, sie sucht Sponsoren, die sich mit Logo auf ihrem Sponsoren-Shirt präsentieren können, oder auf ihrer Homepage vermerkt werden. Dafür müssen Sie pro geschwommenen Kilometer einen bestimmten Betrag spenden, die Höhe können die potentiellen Sponsoren selbst bestimmen.

Der erreichte Betrag kommt den Tsunamiopfern in Japan zu Gute. Vor allem Kindern soll dadurch geholfen werden, denn Vielen fehlt es schon am Nötigsten wie Essen oder Windeln. Mit ihrer Aktion hängt sich die sympathische Kronacherin an den aktuellen Spendenaufruf des Kronacher Lion's Club, weil sie sich sicher ist, dass hier auch das Geld an der richtigen Stelle eingesetzt wird.

Wir wünschen „Eggi“, dass sie ihren persönlichen Rekord von über 46,6 Kilometern bricht und eine stattliche Spendensumme zusammen kommt. Schwimm Eggi schwimm!

Neugierig geworden - dann besuchen Sie doch einfach Eggi's Page unter [www.eggiland.de](http://www.eggiland.de).

Und nicht vergessen – spenden, spenden und nochmals spenden. Danke!

[www.eggiland.de](http://www.eggiland.de) | Tel. 0172/6671985



### Spendenkonto:

**Kontoinhaber:**

Lions Club Kronach

Festung Rosenberg

**Kontonummer:** 75191

**BLZ:** 77361600

**Bank:** Raiffeisen-Volksbank Kronach-Ludwigsstadt

**Betreff:** Schwimmen für Japan