

## Gemeinsam aktiv: Mayen beim B2Run Firmenlauf in Koblenz

Die Stadtverwaltung Mayen nahm mit 30 Teilnehmenden am B2Run Firmenlauf in Koblenz teil und förderte Teamgeist und Gesundheit.

**Mayen.** Die Stadt Mayen hat erneut ihre sportliche Seite gezeigt und sich voller Elan am B2Run Firmenlauf in Koblenz beteiligt. Für die Stadtverwaltung und ihre Mitarbeiter\*innen war dieser Tag mehr als nur ein Wettkampf; es war eine Gelegenheit, Teamgeist und Motivation zu leben. Rund 30 Teilnehmende aus den verschiedenen Abteilungen der Stadt haben sich registriert, um entweder im Running-Team zu laufen oder in der Gruppe „Nordic-Walking“ an den Start zu gehen. Besonders auffällig waren die extra gestalteten T-Shirts, die das Logo des traditionsreichen Lukasmarktes trugen und die Teilnehmer\*innen als stolze Botschafter ihrer Stadt erkennbar machten.

Der B2Run Firmenlauf, ein sportliches Ereignis mit weitreichender Bedeutung, hat in diesem Jahr über 15.000 Menschen aus etwa 600 Unternehmen mobilisiert. Diese Diversität der Teilnehmenden zeigt nicht nur die Beliebtheit des Events, sondern auch die Wichtigkeit von Bewegung und Gemeinschaft im beruflichen Umfeld. Der Austragungsort, das malerische Deutsche Eck in Koblenz, bot eine eindrucksvolle Kulisse für diese Veranstaltung. Die 5,4 Kilometer lange Strecke führte die Läufer\*innen vorbei an bedeutenden Sehenswürdigkeiten der Stadt, was dem Sportevent zusätzlich einen kulturellen Glanz verlieh.

## **Ein Sportevent voller Teamgeist**

Oberbürgermeister Dirk Meid sprach darüber, wie wichtig solche Veranstaltungen für den Zusammenhalt innerhalb der Stadtverwaltung sind. „Das gemeinsame Laufen stärkt den Teamgeist, sorgt für einen Motivationsschub und ist auch ein Teil des betrieblichen Gesundheitsmanagements der Stadtverwaltung Mayen“, äußerte er sich begeistert. Diese Veranstaltungen fördern nicht nur die Fitness der Mitarbeitenden, sondern tragen auch zu einem positiven Gemeinschaftsgefühl bei.

Die Teilnehmer\*innen des BGM-Arbeitskreises, Chantal Franz, Marius Luxem, Hanna Görgen und Jacqueline Blang, waren sich einig, warum sie sich an diesem Event beteiligten: „Wir starten genau deswegen – Motivation, Spaß und Teamgemeinschaft sind das, was diese große Veranstaltung am Deutschen Eck in Koblenz ausmacht“. Ihre Stimmen verlangen danach, dass solche Events zum festen Bestandteil der Unternehmenskultur werden, da sie die Mitarbeiterbindung stärken und ein harmonisches Arbeitsumfeld schaffen.

## **Gesundheit und Fitness im Fokus**

Die Teilnahme an solchen Events ist mehr als nur ein sportliches Unterfangen; sie ist auch ein bedeutender Bestandteil des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Die Stadt Mayen setzt sich aktiv dafür ein, dass ihre Mitarbeiter\*innen gesund bleiben und sich regelmäßig bewegen. Dies ist besonders relevant, da immer mehr Menschen in Berufen arbeiten, die sie oft an Schreibtische fesseln. Der B2Run Lauf bietet hier die ideale Möglichkeit, diesem Trend entgegenzuwirken und ein Zeichen für die eigene Gesundheit zu setzen.

Über 15.000 Teilnehmende aus 600 Unternehmen beim B2Run belegen die Relevanz von Teamveranstaltungen im Berufsleben. Solche Initiativen sind nicht nur förderlich für die Persönliche Fitness, sondern fördern auch die kollegiale Stimmung, da sie

ein gemeinsames Ziel bieten und die Möglichkeit schaffen, sich außerhalb der formalen Büroumgebung kennenzulernen und auszutauschen.

Zusätzlich schafft die sportliche Betätigung Raum für einen gesunden Wettbewerb, bei dem die Teilnehmer\*innen aus ihrem gewohnten Alltag ausbrechen und neue Freundschaften knüpfen können. Das gemeinsame Training und die Vorbereitungen auf solche Events tragen dazu bei, dass ein starkes Wir-Gefühl entsteht, welches über den Tag des Laufs hinaus bestehen bleibt.

## **Motivation und Gemeinschaft erleben**

Es wird deutlich, dass der B2Run Firmenlauf in Koblenz nicht nur ein Rennen, sondern ein Erlebnis voller Freude und Gemeinschaftsgeist ist. Die Stadt Mayen zeigt, wie wichtig es ist, solche Aktivitäten zu unterstützen, um die Lebensqualität und den Teamgeist innerhalb der Belegschaft zu fördern. Die Kombination aus sportlichen Aktivitäten, Teamwork und einer schönen Umgebung hebt nicht nur die Stimmung, sondern inspiriert auch andere Unternehmen, ähnliche Initiativen zu ergreifen. Die Bereitschaft, sich gemeinsam zu engagieren und aktiv zu werden, ist der Schlüssel zu einem gesunden und erfüllten Arbeitsleben.

## **Die Bedeutung von Betriebssport**

Betriebssport spielt eine wesentliche Rolle in der Förderung von Teamzusammenhalt und Förderung von Gesundheit am Arbeitsplatz. Durch regelmäßige sportliche Aktivitäten können Mitarbeiter ihre physischen und psychischen Fähigkeiten steigern. Studien zeigen, dass Unternehmen, die aktive Betriebssportgruppen unterstützen, signifikant höhere Mitarbeiterzufriedenheit und geringere Fehlzeiten aufweisen. Dies ist nicht nur vorteilhaft für die Angestellten, sondern auch für die Unternehmen selbst, da ein gesunder und motivierter Mitarbeiterstamm langfristig die Produktivität steigert.

## **Wachstum der Teilnahme an Firmenläufen**

In den letzten Jahren ist ein deutlicher Anstieg der Teilnahme an Firmenläufen zu verzeichnen. Veranstaltungen wie der B2Run Firmenlauf erfreuen sich wachsender Beliebtheit und bieten eine Möglichkeit, das Gemeinschaftsgefühl unter Kollegen zu stärken. Laut einer Erhebung des Veranstalters B2Run nahmen im Jahr 2022 bundesweit über 130.000 Teilnehmer an verschiedenen Veranstaltungen teil. Dies unterstreicht den Trend, dass immer mehr Unternehmen Betriebssport und Team-Events als wertvolle Instrumente zur Mitarbeiterbindung und -motivation einsetzen.

## **Wirtschaftliche und soziale Aspekte des Laufsports**

Der Laufsport hat nicht nur positive Auswirkungen auf die persönliche Gesundheit, sondern auch auf die lokale Wirtschaft. Sportveranstaltungen ziehen oft ein großes Publikum an, was der regionalen Gastronomie, dem Hotelgewerbe und dem Einzelhandel zugutekommt. In Koblenz beispielsweise berichteten lokale Geschäftsinhaber von einem Anstieg der Besucherzahlen während des B2Run Firmenlaufs. Auch die Medienberichterstattung um solche Events sorgt für eine gesteigerte Sichtbarkeit der Stadt und ihrer Attraktivität als Veranstaltungsort.

## **Soziale Integration durch Sport**

Ein weiterer sozialer Aspekt von Sportveranstaltungen ist die Förderung von Integration. Mischungen aus verschiedenen Altersgruppen und kulturellen Hintergründen kommen bei solchen Events zusammen und können Vorurteile abbauen. Der B2Run Firmenlauf dient somit nicht nur der Gesundheit, sondern auch der sozialen Chancengleichheit und der Schaffung eines integrativen Umfelds.

In Anbetracht dieser Faktoren wird deutlich, warum Städte wie

Mayen und Koblenz solche Veranstaltungen unterstützen. Der Firmenlauf ist ein hervorragendes Beispiel, um Sport alternative Methoden zur Mitarbeiterbindung und -motivation sowie zur Förderung der lokalen Gemeinschaft zu nutzen.

Weitere Informationen über die positiven Auswirkungen von Betriebssport sind auf den Seiten des **Bundesministeriums für Gesundheit** erhältlich.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**