

## Pressemitteilung

Nr. 1, Wiemersdorf bei Hamburg, 15. Februar 2011  
stepbysteps.com HR-RoundTable FitnessCup



## Personalerteams im Wettkampf um mehr Bewegung

Fitness- und Teamwettbewerb von stepbysteps.com begeistert Personal- und Personaldienstleister

**Wer wird Anfang März die weiteste Strecke zurückgelegt haben: Personal- oder HR-Dienstleister? Der Norden oder der Süden? Outplacement oder Recruitment? Die eigene Firma oder ein Mitbewerber? Beim FitnessCup für Personal- und HR-Dienstleister, den das Corporate Health Institute im Dezember in Kooperation mit dem HR-RoundTable gestartet hat, zeigt sich, welche Teams am meisten für ihre Gesundheit und den natürlichen Stressabbau tun.**

„Wir sind von dem unkomplizierten Wettbewerb begeistert“, beschreibt Dragana Milicevic, Human Resources bei der Volkswagen Versicherungsdienst GmbH Wien, die Stimmung in ihrem Team. „Wir sind noch motivierter uns zu bewegen, die Treppe statt den Aufzug nehmen oder auf dem Weg zur Arbeit eine U-Bahn-Station früher auszusteigen.“ Dragana Milicevic ist eine von 95 Teilnehmerinnen und Teilnehmern am aktuellen FitnessCup für Personal- und HR-Dienstleister des Corporate Health Institutes.

### Im Team zu mehr Fitness

Das Prinzip des Wettbewerbs ist einfach: Mitmachen können Teams zu je fünf Mitarbeitern. Ziel ist es, gemeinsam möglichst viele Schritte zu tun und dabei die persönliche Fitness zu steigern. Dazu erhält jedes Teammitglied einen hochmodernen Schrittzähler, der Bewegungen misst, speichert und in Schritte umrechnet. Auf der Online-Plattform stepbysteps.com tragen alle Läuferinnen und Läufer ihre täglich zurückgelegten Schritte ein. Alle Schritte des Teams zusammengezählt ergeben die zurückgelegte Strecke. Eine Landkarte zeigt ihnen, an welchem Punkt des virtuellen Rennens kreuz und quer durch Europa sie sich gerade befinden – und wie viele der konkurrierenden Teams sie bereits hinter sich lassen konnten.

Eine Besonderheit dieses in Kooperation mit dem HR-RoundTable organisierten Laufes ist die Möglichkeit, Personal-Teams aus Mitarbeitern verschiedener Unternehmen zu bilden. Genutzt haben diese Möglichkeit Personal- der Firmen ThyssenKrupp Marine Systems AG, KfW IPEX-Bank GmbH, LEGA AG, IMPARAT Farbwerk und Joachim Behrens Scheessel GmbH.

### Bewegungsfreude und Teambuilding

„Ich hätte nicht gedacht, wie stark stepbysteps das tägliche Verhalten verändert“, ist Susanne Gmeinwieser, Head of Learning Network bei Allianz Global Investors, über die durchschlagende Wirkung des Wettbewerbs überrascht. Die Teamkollegen und -kolleginnen spornten sich gegenseitig an, sodass der Wettbewerb sich auch positiv auf das Teambuilding auswirke. Robert Heiligers, Leiter International Employee Benefits bei der HDI-Gerling Pensionsmanagement AG, bestätigt: „Unsere zwei Teams geben alles und sind

stepbysteps.com HR-RoundTable  
FitnessCup  
13.12.2010 bis 12.03.2011  
[www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)

Ihr Kontakt bei Rückfragen:  
Melanie Lehner

Telefon +49 4192 816 91-40  
Telefax +49 4192 816 91-41  
E-Mail [m.lehner@stepbysteps.com](mailto:m.lehner@stepbysteps.com)

Corporate Health Institute GmbH  
Assbrook 4-6  
D-24649 Wiemersdorf  
Deutschland  
Tel.: +49 4192 816 91-40  
Fax: +49 4192 816 91-41  
[info@stepbysteps.com](mailto:info@stepbysteps.com)  
[www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)

super motiviert. Vor allem, als wir beim Team-Ausflug bemerkten, dass Rodeln, wenn der Schlitten wieder nach oben gezogen wird, und Tanzen beim Après-Ski die Schrittzahl ungeheuer in die Höhe treibt. Macht sehr viel Spaß und ist eine super Idee!"

Zusätzlich zum gesunden Ausgleich ihres oft bewegungsarmen Büroalltags tun die Teilnehmer nicht nur sich selbst, sondern auch benachteiligten Kindern etwas Gutes: Ein Teil der Startgebühr aller Teams wurde der Aktion „Hörer helfen Kindern“ gespendet. Die Initiative von Radio Hamburg unterstützt bedürftige, kranke oder behinderte Kinder und Jugendliche.

Der nächste PersonalerCup startet am 4. Mai und endet am 28. Juni 2011. Unternehmen können ihre Teams bis zum 27. April anmelden. Neben dem PersonalerCup sind in Zukunft weitere brancheninterne Läufe angedacht, etwa für die Bereiche IT, Marketing oder Tourismus. Insgesamt sind für das Jahr 2011 sechs Läufe vorgesehen. Weitere Informationen, Kosten und Anmeldung sind unter [www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com) zu finden.