

Unternehmen

# Warum Chefs mit ihren Mitarbeitern laufen sollten

31.07.2015 | 20:01 Uhr



Laufen für Fitness und Firma? Laut Ex-Henkel-Chef Ulrich Lehner ist das eine großartige Idee.

Foto:

**Ex-Henkel-Chef Ulrich Lehner schreibt das Vorwort für ein Laufbuch. Der gemeinsame Sport mit den Mitarbeitern hilft angeblich sogar der Firma.**

Man kennt ihn als Wirtschaftslenker. Ex-Henkel-Chef Ulrich Lehner (69), heute Aufsichtsratschef bei Thyssenkrupp und Telekom, ist aber auch begeisterter Läufer. Seine Mitarbeiter haben das immer gewusst. Mit den Staffeln der Azubis etwa war Lehner viele Jahre beim Düsseldorfer Marathon auf der Strecke. Zusammen laufen – „das ist Teambuilding und schafft Nähe im gemeinsamen Erlebnis“, ist der Manager überzeugt.

Ulrich Lehner hat das Vorwort für „Schwitzen für Erfolg“ geschrieben – ein Lauf- und Motivationsbuch, das am 12. August erscheint. Die Autoren Andreas Butz und Axel vom Schwemm waren mit Dutzenden Top-Managern und Wissenschaftlern (und Party-Sänger Mickie Krause) laufen, haben sie interviewt und einen Ratgeber mit Lauf- und Karrieretipps daraus entwickelt, inklusive Trainingspläne für Wettkämpfe von fünf Kilometern bis rauf zu den sagemumwobenen 42,195 des Marathons.

## **Gemeinsames Laufen sorgt angeblich für gute Geschäfte**

Autor Andreas Butz, Lauftrainer aus Euskirchen und 127-maliger Marathon-Teilnehmer, sieht einen Zusammenhang zwischen Laufen und beruflichem Erfolg. Er empfiehlt, das sowohl individuell zu nutzen als auch für die Firma. „Je mehr Menschen in einem Unternehmen laufen, umso besser laufen die Geschäfte“, meint der 49-jährige.

Ulrich Lehner, selbst zehnfacher Marathonläufer, bestätigt das aus seiner Erfahrung. Er berichtet von ersten Lauferlebnissen zu Schulzeiten; im begleitenden Interview zum Buch erzählt er von seinem ersten Marathon 1986 immer rund ums Müngersdorfer Stadion in Köln und vom Berlin-Marathon kurz nach der Wiedervereinigung. „Heute weiß ich, wie wichtig Planung und Disziplin schon für die Fitness im Beruf sind“, stellt Lehner im Rückblick auf seine Lauferlebnisse fest. Viele Gespräche mit Werksärzten hätten ihn bestärkt, die Laufaktivitäten im Unternehmen zu fördern. Und da sei „nichts besser, als wenn Chefs zusammen mit ihren Mitarbeitern laufen“, schreibt Lehner.

Das ist sehr angesagt. Firmenläufe haben Konjunktur. Erst vor wenigen Wochen etwa waren in Essen gut 8300 Läufer auf der 5,1-Km-Strecke. Laufcoach Butz sieht das als einen wunderbaren Einstieg. In „Schwitzen für Erfolg“ empfehlen er und sein Co-Autor, u. a. eine vom Laufen geprägte Ich-Marke zu entwickeln, Persönlichkeitsbildung also. Ganz wichtig: Läufer sein statt Mitläufer.

*Holger Dumke*