

## Reebok und Südwest Verlag starten Fitness-Buchreihe

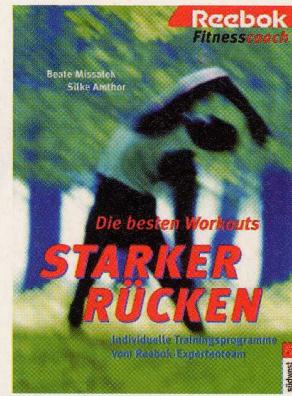
Zur Frankfurter Buchmesse (9. – 14. 10. 02) präsentierte der Münchener Südwest Verlag den ersten gemeinsam mit der führenden Fitness-Marke Reebok publizierten Ratgeber. »Starker Rücken – die besten Workouts« ist ein Gemeinschaftswerk der bekannten Fitness-Expertin, Sportgymnastik-Lehrerin und Reebok Global Mastertrainerin Beate Missalek und der auf Fitness und Gesundheit spezialisierten Journalistin Silke Amthor.

Der leidigen Volkskrankheit wird mit modernsten Übungen und Trainingsmethoden zu Leibe gerückt. Kompetent, fachkundig, verständlich und anschaulich beschreiben die Autorinnen alltägliche Ursachen für Rückenschmerzen und wirksame Gegenmaßnahmen für eine gesunde, stabile Rückenmuskulatur. Dieser Ratgeber ist der Start der dauerhaften Zusammenarbeit zwischen dem Weltmarktführer in Sachen Fitness und einem der führenden Fitness- und Wellnessverlage Deutschlands. Geplant ist eine Buchreihe unter dem Titel »Reebok Fitnesscoach« mit einer Publikation pro Jahr zu aktuellen Fitness- und Gesundheitsthemen.

### Ein praxisorientierter Ratgeber

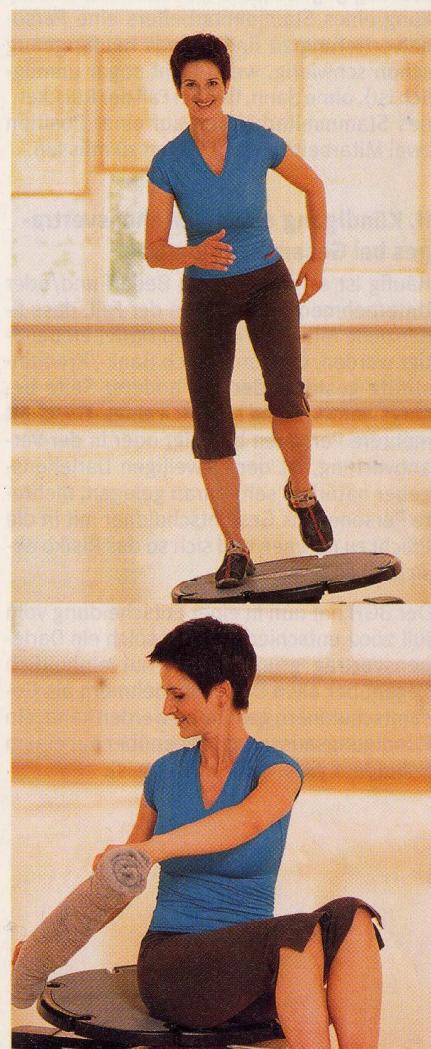
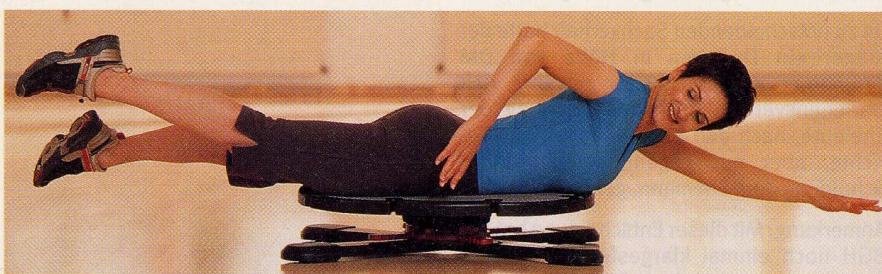
»Starker Rücken – die besten Workouts« ist ein Ratgeber zu einem Thema, das nahezu jeden Menschen betrifft. Rückenschmerzen sind eine der Geißeln der modernen Gesellschaft. Berufsbedingte Fehlbelastungen, Bewegungsmangel oder Wachstumsstörungen; die Ursachen für Probleme mit dem Rücken sind vielfältig. Ebenso differenziert nehmen sich auch die Autorinnen dieser Thematik an.

Das Buch informiert zunächst über Aufbau und Funktion der Wirbelsäule und der Rückenmuskulatur sowie über diverse Erkrankungen des Rückens – von Skoliose bis zum Bandscheibenvorfall. Es schafft auf anschauliche Weise Verständnis für biologische Gegebenheiten als Grundlage notwendiger und sinnvoller Prophylaxe. Im Mittelpunkt steht das vielseitige Trainingsprogramm mit praxisgerechten Abbildungen, in denen die Reebok-Expertin Beate Missalek die Übungen zeigt. Der Ratgeber, der die neuesten Erkenntnisse und Trainingsmethoden berücksichtigt, umfasst darüber hinaus Tipps für die optimale Rückenschonung im Auto, im Flieger, im Büro und während der Nacht.



### Die Autorinnen

Beate Missalek zählt zu den prominentesten Fitness- und Rückenexperten Deutschlands. Die langjährige Reebok Global Mastertrainerin setzt durch Ihre globale Arbeit für Reebok immer wieder wichtige Akzente für die Marke. Silke Amthor schreibt als freie Journalistin für diverse Frauenzeitschriften wie »Shape«, »Elles« oder »Cosmopolitan« überwiegend zu den Themen Gesundheit und Fitness. Sie hat im Südwest Verlag bereits einige erfolgreiche Fitness-Ratgeber veröffentlicht.



## Potenzielle mit Perspektive

Für Reebok Marketingmanagerin Margit Schlösser kennzeichnet die Kooperation mit dem Südwest Verlag einen weiteren Eckpfeiler des Reebok Fitness-Engagements: »Fitness ist eine unserer Kernkompetenzen. Reebok ist der weltweit einzige echte Fitness Komplettanbieter. Von Textilien, Schuhen und Accessoires über Trainingsprogramme, Sponsoring von Fitness Professionals und eigenen Fitnessprogrammen, sowie -ausbildungen organisiert durch die Reebok University, Fitnessclub Lizzenzen und -geräte Lizzenzen haben wir auf allen denkbaren Ebenen dem Fitnesssport immer wieder Impulse verliehen. Die geplante Buchreihe bietet ein enormes Potential, unser Unternehmen weiter als die innovative Fitnessmarke schlechthin zu etablieren. Es rundet unser Fitness-Portfolio perfekt ab. Und mit dem Südwest Verlag haben wir den optimalen Partner gefunden, dessen Fachkompetenz dem gesam-

ten Projekt die höchstmögliche Seriosität verleiht.« Auch Südwest Verlagsleiterin Bettina Breitling freut sich auf die neue Zusammenarbeit: »Die hohe Kompetenz des Südwest Verlages im Bereich Fitness, Wellness und Gesundheit kommt mit dieser Buchreihe optimal zum Ausdruck. Wir sind sicher, dass wir mit dem Buch »Starker Rücken – die besten Workouts« den Grundstein einer sehr erfolgreichen und langfristigen Zusammenarbeit zwischen dem Südwest Verlag und Reebok gelegt haben. Reebok erweist sich hierbei für den Südwest Verlag als idealer Partner, da wir in Fragen der Fachkompetenz, des Know-how und der Produktqualität beide höchste Ansprüche stellen. Insofern passt diese Buchreihe wunderbar in unser Programm.«

**ISBN-Nr. 3-517-06657-5**  
**UVP: EUR 10,95**