

---

**Titel:** Fit im neuen Jahr - Kampf gegen den inneren Schweinehund

**Text-/Moderationsvorschlag:**

48 Prozent der Deutschen wollen laut einer Umfrage von Statista im neuen Jahr mehr Sport treiben. Im Januar erleben Sportvereine und Fitnesscenter einen Boom. Wir sagen, wie es gelingt, dass das Training nachhaltig bleibt.

**Filmlänge:** 2:25 Minuten Autor: Hagen Grützmacher

**Kamera & Technik:** Hagen Grützmacher

**Region:** Hamburg

**O-Töne:**

Samad Azadi, Karate Academy Hamburg

Frank Fahner, Personal-Trainer

**Infos:**

Der Film ist produziert von ekn (Evangelischer Kirchenfunk Niedersachsen-Bremen GmbH). Der Evangelische Kirchenfunk Niedersachsen-Bremen hat den Auftrag, Öffentlichkeit für kirchen-relevante Themen herzustellen. Die evangelische Kirche hat dabei keinen Einfluss auf die Produktion. Unsere Redaktion aus unabhängigen Journalisten entscheidet selbständig, welche Themen aufgegriffen werden und in welcher Form sie umgesetzt werden.

**Kontakt:**

Kristina Tesch

---

Evangelischer Presseverband Nord  
Schillerstraße 44 | 22767 Hamburg | Telefon: 04070975213  
Kristina.tesch@epv-nord.de

**+++ Das Material ist frei zur redaktionellen Verwendung, kann  
bearbeitet und verändert werden. Die Nutzung ist kostenlos +++**