

Kitzbühel Streif Downhill compare/vergleich Diabetes/Gesundheit

Vortragsdauer: 60 Minuten

In diesem Vortrag vergleiche ich die gefährlichste und anspruchsvollste Skiabfahrt im alpinen Weltcup „Die Streif“ in Kitzbühel mit meinen Erlebnissen und Erfahrungen als Typ 1 Diabetiker. Für beide sind es unglaubliche Herausforderungen. Der Sieger der Kitzbühel-Abfahrt geht in die Geschichtsbücher des alpinen Skirennsports ein - ich als Diabetiker schreibe meine Geschichte unter dem Titel „Ich kann und darf alles“.

Einerseits versetze ich mich in die Rolle des Skirennläufers, der am Start steht und das Rennen seines Lebens gewinnen will, andererseits ziehe ich als Diabetiker Parallelen zur täglichen Herausforderung, mit Diabetes im Alltag bestmöglich zu leben. Die verschiedenen Streckenabschnitte der Streif vergleiche ich mit meinen Erfahrungen und deren Schwierigkeiten. Dabei wechsle ich immer wieder die Positionen auf den Streckenabschnitten, um tiefere Einblicke und Hintergründe möglichst hautnah zu vermitteln. Ich spreche offen über meine Gedanken als Sportler und lege mein Leben mit Diabetes offen dar. Präventive Maßnahmen zur Gesundheit, mit und ohne Diabetes, runden die Streckenabschnitte ab.

Am Ende des Tages geht es darum, eine Balance zwischen Familie - Beruf und Freizeit zu finden, um so gesund und fit mit viel Freude so alt wie möglich zu werden.

