

„Speck weg“ für Bildungsprojekte

Jürgen Fluhr verbindet seine Schlankheitskur mit Sponsoring für Indienhilfe

jod **WALLENHORST.** Jürgen Fluhr ist Gründungsvorsitzender der Indienhilfe Deutschland (IHD) mit Sitz in Wallenhorst-Rulle. Er hat sich vorgenommen, innerhalb eines Jahres 50 Kilogramm abzunehmen. Er sucht Sponsoren, die ihn dabei unterstützen.

Das Ganze funktioniert so: Der Sponsor verpflichtet sich, für jedes Kilo, das Jürgen Fluhr bis zum 1. September 2017 verliert, einen bestimmten Geldbetrag an die IHD zu spenden. Wer 10 Euro setzt, wäre bei 50 Kilo Gewichtsabnahme also um 500 Euro ärmer. Er tut das aber gern, weil er weiß, dass die Indienhilfe Bildungsprojekte des Ordens der Pilar Fathers in der Region Bhopal unterstützt und damit den Ärmsten der Armen, die teilweise noch unter den Folgen des Chemieunfalls von 1984 zu leiden haben, eine Chance auf ein würdiges Leben gibt.

Für Fluhr ist es gleichzeitig eine starke Motivation, sein ambitioniertes Gewichtsziel zu erreichen, weil



Unter den unbestechlichen Augen von Markus Richter und Christian Böll wurde im Fitness-Studio Jürgen Fluhrs Startgewicht protokolliert.

Foto: Joachim Dierks

er damit maximal Gutes für die Indienhilfe als seine Herzenssache tut. Im Fitness-Studio „Formstark“ in Wal-

lenhorst wurde jetzt unter den unbestechlichen Augen von Markus Richter und Christian Böll Fluhrs Start-

gewicht protokolliert. In einem Jahr werden die beiden Fitness-Trainer ihn wieder auf die Waage bitten und ebenso unbestechlich das Ergebnis seiner Bemühungen festhalten.

Fluhr setzt diesmal auf ein gezieltes Muskelaufbautraining und eine Ernährungsumstellung. Bei seinem ersten Versuch vor einigen Jahren, „Speck weg für Indien 1.0“, hatte er auf den Marathonlauf trainiert, war aber danach schnell ein Opfer des „Jo-Jo-Effekts“ geworden. „Ausdauersportarten sind nicht das Richtige für mich“, hat Fluhr erkannt, weshalb er sich jetzt regelmäßig in die Hände der „Formstark“-Trainer begibt. Auf der Internetseite der Indienhilfe wird er wöchentlich über seine Fortschritte berichten. Beim Projektstart erhielt er von Richter und Böll ein T-Shirt mit der Rückenaufschrift „Jürgen“ in der Größe XXXL, das jetzt perfekt passt. Fluhr hofft, alle zwei Monate in ein neues Shirt mit einem X weniger umsteigen zu können.