

Sportliche Betätigung fördert nicht nur die Gesundheit - sie macht attraktiv und glücklich, hält jung und fit, beflügelt die Seele und steigert das Selbstbewusstsein.

Sportliche Menschen kommen besser an als Stubenhocker. Sie wirken auf andere deutlich attraktiver, ob beim Vorstellungsgespräch oder dem ersten Rendezvous – so lautet jedenfalls das Resümee einer neuen kanadischen Studie zum Thema "Stellenwert des Sports in unserer Gesellschaft". "Wer jemanden beeindrucken will, sollte im Gespräch möglichst bald fallen lassen, wie wunderbar das letzte Fitnesstraining war", ist das Wissenschaftlerteam der McMaster University in Ontario auf Grund der Untersuchungsergebnisse überzeugt. Denn: Sportliche Typen werden durchwegs sympathischer eingeschätzt als andere.

Tatsächlich spiegelt die kanadische Studie den hohen sozialen Aspekt des Sports in unserem Alltagsleben sehr gut wider. Schließlich liefert körperliche Fitness nicht nur einen essenziellen Beitrag zur gesunden Lebensweise. Sport kann im privaten wie auch im beruflichen Umfeld wahre Wunder wirken - er macht attraktiv und glücklich, hält jung und fit, beflügelt die Seele und steigert das Selbstbewusstsein.