



1

DIE YOGA-OMI Schon mal versucht, die Pfau-Position (Foto oben) eine Weile zu halten? Bette Calman macht's vor – mit stolzen 84 Jahren und einem Lächeln auf den Lippen. „Man ist nie zu alt“, sagt die Australierin. „Ich bin heute beweglicher als vor 50 Jahren.“ Damals begann Calman sich intensiv mit Yoga zu beschäftigen, später leitete sie Yogazentren und trat als Pionierin der Yogabewegung in TV-Shows auf. Noch heute unterrichtet sie etwa zehn Stunden in der Woche. „Nach jeder Stunde fühle ich mich wie auf dem Gipfel der Welt“, so Calman.

FAZIT: BETTE CALMAN BEWEIST WIE NIEMAND SONST, DASS SPORT DAS LEBENSELIXIER SCHLECHTHIN IST. INSPIRATION AT ITS BEST

Die Geheimnisse der *12 fittesten Menschen* der Welt!

Text Christo Förster

Die faszinierendsten Leistungen werden oft von Sportlern erbracht, die nicht im ganz großen Rampenlicht stehen. Hier sind zwölf wahre Helden und echte Vorbilder.



2

DIE KAMPFMASCHINE Georges St. Pierre gilt als bester Kämpfer der Welt. Im Kleiderschrank des 29-jährigen Kanadiers hängen diverse schwarze Gürtel (u. a. Brazilian Jiu-Jitsu), er ist Weltmeister im Ultimate Fighting und überlegt, 2012 als Ringer bei Olympia zu starten. Sein Erfolgsgeheimnis: „Bevor du richtig gut wirst, musst du Demut lernen.“ www.gspfightclub.com

FAZIT: KNALLHART, ULTIMATIV FIT UND TROTZDEM REFLEKTIERT – ST. PIERRE BRAUCHT WIRKLICH NICHTS ZU FÜRCHTEN



3

DER YOUTUBE-STAR In seinem ersten Sportlerleben war Damien Walters (28) professioneller Trampolinspringer. Dann begann er mit diesen verrückten Stunts, die sogar in der Parkour-Szene für ungläubiges Staunen sorgen. Sein aktuelles YouTube-Video wurde bis heute knapp 8 Millionen Mal angesehen. Einfach mal googeln!

FAZIT: WALTERS' KÖRPERBEHERRSCHUNG UND POWER FASZINIEREN DIE WELT



4

DER OZEANRIESE Lewis Pugh (41) war Anwalt für Seerecht – ehe er das Extremschwimmen entdeckte. Als erster Mensch schwamm er Langdistanzen in allen Weltmeeren und durchquerte sogar schwimmend den Nordpol. „Ich will damit auf die Folgen des Klimawandels hinweisen“, sagt Pugh. Dafür wurde er 2010 vom Weltwirtschaftsforum als „Global Young Leader“ ausgezeichnet. www.lewispugh.com

FAZIT: DEN EIGENEN KÖRPER ZUM WOHLER DER MENSCHHEIT ZU HÖCHSTLEISTUNGEN TREIBEN – MEHR GEHT NICHT

FOTOS: ACTION PRESS (L.), CORBIS (M.O.), BULLS PRESS (O.R.), DPA (U.R.)

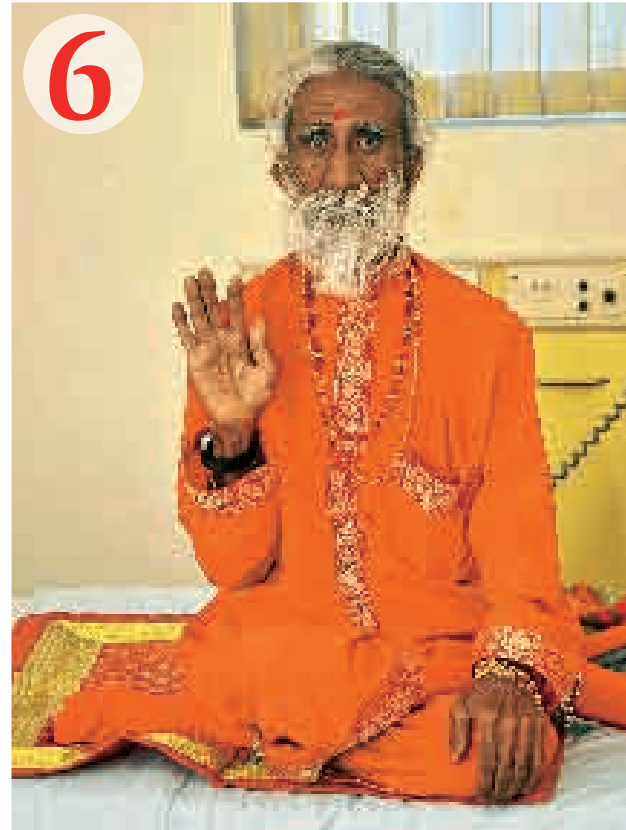
5



DIE QUERFELDEIN-KÖNIGIN Wem Triathlon allein nicht hart genug ist, der läuft und strampelt querfeldein durch unwegsames Gelände – wie Shonny Vanlandingham, aktuelle Weltmeisterin im Crosstriathlon. Die 41-jährige Ernährungswissenschaftlerin ist absolute Vollblutathletin: Die Uni finanzierte sie über ein Basketballstipendium, später arbeitete sie als Bikeguide auf Maui, Hawaii. Sie war acht Jahre lang Profimountainbikerin in den USA, liebt das Wellenreiten und springt auf dem Trampolin 15 Rückwärtssaltos hintereinander. Vanlandingham ist sich sicher: „Neue Herausforderungen tun sowohl dem Körper als auch dem Geist gut.“

FAZIT: DIE INKARNATION DER NEUGIER UND LEIDENSCHAFT

6



DER ASKET Der Inder Pralad Jani (81) behauptet, seit 70 Jahren nichts gegessen oder getrunken zu haben. Das Verrückte: Eine 15-tägige Überwachung im Krankenhaus bestätigte, dass er diese Fähigkeit wohl tatsächlich besitzt. Die Experten sind baff und vermuten, dass er Energie aus Licht bezieht.

FAZIT: DAS MENSCHLICHE PERPETUUM MOBILE

DIE POWERFRAU

Ilaria Montagnanis Motto: „Raus aus der Komfortzone!“ Die 42-jährige Italienerin aus New York trägt den schwarzen Gürtel im Shorinjiru-Karate und trainiert seit 13 Jahren mit dem Samuraischwert. Ihre Workouts sind gefürchtet. www.powerstrike.com

FAZIT: DIE SUPERHELDIN DER FITNESS-SZENE

7



FOTOS: MARCIO/FOTOCOM (O.L.), DPA (M.O.), JIM FISCUS/STOCKLAND MARTEL (O.R.)

8

DER DAUERLÄUFER

„Und an diesem Tag, aus keinem besonderen Grund, entschied ich mich, ein bisschen laufen zu gehen.“ Was im Kultfilm „Forrest Gump“ der Beginn einer herrlichen Episode ist, hat Dean Karnazes (48) wirklich getan: Im Jahr 2006 lief er an 50 aufeinanderfolgenden Tagen in 50 amerikanischen Staaten jeweils einen Marathon und beschloss nach dieser Tortur spontan, auch noch nach Hause zu laufen – von New York nach San Francisco. In seinem Buch „Ultra Marathon Man“ beschreibt Karnazes, dass er schon als Kind extrem abenteuerlustig war – unter anderem bestieg er den Mount Whitney (4421 Meter) bereits im Alter von elf Jahren. Auch heute noch nimmt der Amerikaner mit griechischen Wurzeln regelmäßig an Extremeläufen wie dem Badwater Marathon durchs Death Valley teil. www.ultramarathonman.com

FAZIT: KARNAZES WÜRDE AUCH ZUM MOND LAUFEN, WENN DAS NUR GINGE



9



DER NINJA WARRIOR Makoto Nagano (38) arbeitet rund 300 Tage im Jahr als Fischer auf der „Konpira Maru 28“. Die Tage an Bord sind für den Japaner mittlerweile aber auch Trainingstage. Denn Nagano ist, sozusagen nebenberuflich, zur Legende geworden, indem er regelmäßig die FunSport-Spektakel im japanischen Fernsehen aufmischte. Die Show „Sasuke“ (bei uns auch unter dem Namen „Ninja Warrior“ bekannt) führt ihn als erfolgreichsten Teilnehmer aller Zeiten – kein anderer rennt, springt und hangelt so spielerisch durch die verschiedenen Level der gigantischen Hindernisparcours. Und wie es sich für einen Japaner gehört, tut er das immer mit einem Lächeln. Unbedingt bei YouTube nach ihm suchen!

FAZIT: NAGANO BEWEIST, DASS DER „EINFACHE MANN“ FITTER SEIN KANN ALS JEDER VOLLZEITATHLET

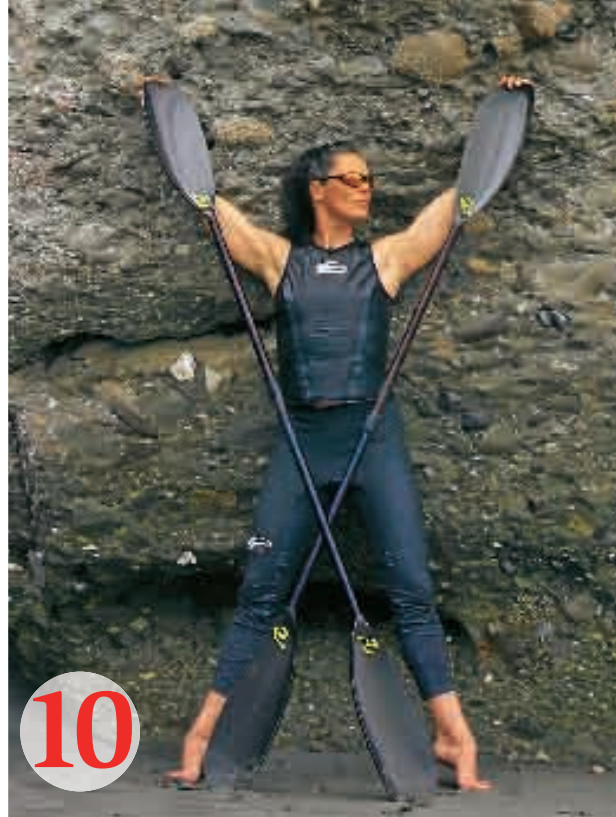
@ : MITREDEN!

Wir haben – ehrlich gesagt – bei der Auswahl der fittesten Menschen der Welt viel diskutiert. Wer gehört zu den Top 12, wer nicht? Wer ist wirklich fit? Was bedeutet Fitness überhaupt? Logisch, dass eine solche Auswahl immer auch etwas subjektiv ist. Sicher gibt es unzählige Menschen, die es ebenso verdient hätten, hier genannt zu werden.

Wir wüssten gerne, ob Sie welche kennen! Schauen Sie doch mal auf unserer Facebook-Seite vorbei (www.facebook.com/fitforfun.de), machen Sie Vorschläge und diskutieren Sie mit uns!

DIE ABENTEURERIN Freya Hoffmeister (46) ist letztes Jahr mal eben mit dem Kajak rund um Australien gepaddelt – als erste Frau überhaupt. 245 Tage war sie auf dem Wasser, durchschnittlich elf Stunden pro Tag. Die „Lady in Black“ aus Husum sprang aber auch schon mit dem Fallschirm über dem Nordpol ab, war Turnerin und Bodybuilderin. Ihr Lebenselixier: „das Gefühl, frei zu sein“. Kein Wunder, dass Hoffmeister am liebsten im Wohnmobil lebt.

FAZIT: MUT PLUS WILLEN GLEICH ULTIMATIV ARCHAISCHE POWER



10

DIE BERGZIEGE

Eigentlich heißt er Lhakpa Tenzing, aber die Bergsteiger dieser Welt nennen ihn nur Appa Sherpa. Er wurde irgendwann zwischen 1960 und 1962 am Fuß des Mount Everest geboren, 1989 begleitete er zum ersten Mal eine Expedition auf den höchsten Berg der Welt. Während andere Alpinisten hier zu Ruhm und Ehre gelangten, trug der Appa Sherpa immer nur still ihr Gepäck. Was viele gar nicht wissen: Er war so oft auf dem Mount Everest wie niemand sonst – 20 Mal!

FAZIT: DIE GRÖSSTEN LEISTUNGEN WERDEN OFT STILL UND HEIMLICH ERBRACHT



12

FOTOS: KAI MÜLLENHOFF/FIT FOR FUN (U.L.), DPA (O.R.)



11

DER TARZAN

Erwan le Corre (39) ist Gründer des Movement Naturelle, bei uns auch als „Steinzeit-Fitness“ bekannt. Er versuchte sich unter anderem im Judo, Karate, Segeln, Gewichtheben und Triathlon (jeweils sehr erfolgreich!), stellte aber irgendwann fest, dass all diese Sportarten eine zu große Spezialisierung erfordern. Seitdem entdeckt er mit großer Leidenschaft „die wahre Natur des Menschen“, er springt, klettert, hangelt, schleppt, rennt und schwimmt, wie es die Urmenschen taten – und (fast) so, wie Gott ihn schuf. www.movnat.com

FAZIT: GINGE MORGEN DIE WELT UNTER, LE CORRE WÜRD SICHER ÜBERLEBEN



2007



2008



2009



2010

VERSCHENKEN SIE DIESMAL UNVERGESSLICHE ERLEBNISSE



Smartbox – die ideale Geschenkidee! Erlebnis-Geschenkböden ab 29,90€ in den Kategorien Hotellerie, Wellness, Gastronomie oder Sport&Action mit bis zu 250 Erlebnissen zur Auswahl pro Box. Vorfreude inklusive! Alle Verkaufsstellen unter www.smartbox.com

Smartbox