

Echt voll gesund...

Warum das schönste Hobby der Welt eine – nachgewiesen! – lebensverlängernde Wirkung besitzt.



Der durchschnittliche Motorradfreizeit Leser ist Mitte Vierzig, gebildet, sozial und emotional gefestigt, beruflich erfolgreich und ein Genussmensch. Also genau mein Ebenbild!

Okay, das mit Mitte Vierzig ist bei mir schon einige Jahre her, das mit emotional gefestigt eine Frage der medikamentösen Dosierung. Zwar kann ich die Armaturen meines Bikes noch ganz gut erahnen, aber die obligatorische Lesebrille gegen Altersweitsicht hat lange schon die bunte Mischung frischer Kondome in meinen Herrenhandtäschchen verdrängt. Und mit meinem – natürlich mopedfahrenden – Urologen bin ich bereits seit Jahren per du, sehen wir uns doch nahezu wöchentlich in seiner Praxis. Ja meine Apothekerin hat sich kürzlich erst eine nagelneue K1600 GTL gekauft, an deren Heckbürzel der Aufkleber „sponsored by mikel“ deutlich lesbar prangert. Also wenn ich meine Brille aufsetze. Und der Orthopäde meines Vertrauens rät mir immer drin-

gender, statt Mopedfahren lieber Power-Spazierengehen, Intensiv-TV-Shopping und Senioren-Aqua-Gym am Warmbadetag zu betreiben.

ABER DAMIT IST JETZT SCHLUSS!

Soeben fiel mir eine Pressemeldung über die Studien des britischen Professors Ian Robertson in die Hände. Der hat festgestellt, dass Motorradfahren unter anderem sogar lebensverlängernden Einfluss besitzt. Kein Witz: Der Wissenschaftler stützt seine Erkenntnisse auf die Untersuchung von 3000 Menschen zwischen 60 und 90 – also geringfügig außerhalb unserer Zielgruppe – und die Tatsache, dass seine Probanden sich mit exzessiven Computerspielen fit hielten. Die dabei festgestellte kognitive Verjüngung um mindestens 10 Jahre sei einzig und allein das Resultat intensiven Trainings des menschlichen Gehirns. Und damit, so der übrigens NICHT bikende Robertson, nahezu 1:1 auch auf das Motorradfahren übertragbar. Denn unser Hobby

fordert – das ist medizinisch erwiesen – beide Hälften des Gehirnes in höchstem Maße.

Ian Robertson empfiehlt uns, Mopedfahren und Bikerstammtische ebenso wie gutes, gesundes Essen möglichst intensiv zu genießen. Denn (Zitat) „... ein erfülltes und erlebnisreiches Umfeld fördert nicht nur die Gehirnleistung, sondern baut sie auch noch aus“. Ganz zu schweigen von der positiven Wirkung der beim Mopedfahren deutlich erhöhten Produktion von Endorphinen, diesen berühmten körpereigenen „Glückmachern“. All das regelmäßig genossen, löse - so Robertson - einen deutlichen kognitiven Verjüngungsprozess aus.

Ich wusste es: Unser schönstes Hobby der Welt besitzt eine nachweislich gesundheitsfördernde, ja sogar verjüngende Wirkung. Seit diesen wissenschaftlichen Thesen fühle ich mich persönlich deutlich unter Vierzig, habe soeben sämtliche Arzttermine gecancelt, meine nagelneue Rentner-Warmbade-Dauerkarte bei eBay verhöckert und meine Benzinquittungen bei meiner Krankenkasse zur Erstattung eingereicht. Denn denen liegt mein körperliches Wohlbefinden ebenfalls sehr am Herzen – behaupten die zumindest.

In diesem heute komplett verjüngten, ja runderneuertem Sinne linke Hand zum Gruß

Euer Youngster
mikel moped

Übrigens: Eine regelmäßige Dosis „mikel moped“ gibt's auch unter www.mikel-moped.de sowie auf der Facebook-Seite des Motorradfreizeit Magazins.