

Bewegung ist das Leben – auch im Alter

Charles Eugster wurde von der Terzstiftung zum Ehrenbotschafter für die ältere Generation ernannt.

BERLINGEN – Das Weihnachtskonzert in der Kirche Berlingen stand am Donnerstagabend ganz im Zeichen der Ernennung des 90-jährigen Charles Eugster zum Ehrenbotschafter der Terzstiftung. Die Ehrung war stilvoll eingebettet in das Chorkonzert der «The Saint Petersburg Concert Singers».

Die Stiftung wolle mithelfen, das falsche Altersbild zu verändern und

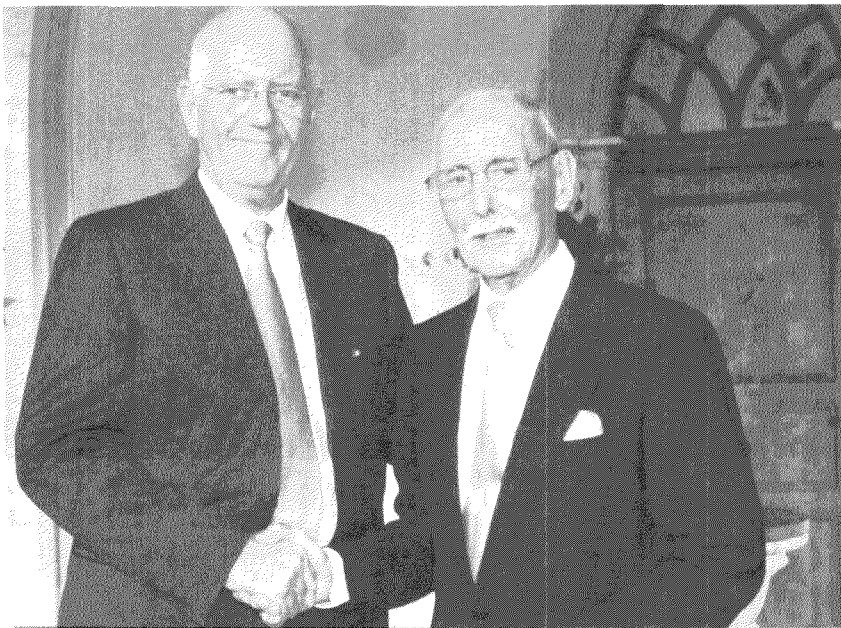
zu einem positiven Kompetenzmodell werden zu lassen, wo Körper, Geist und Seele eine Wohlfühlseinheit bildeten, betonte René Künzli, Präsident und Gründer der Terzstiftung.

Mit der Ernennung von Charles Eugster zum Ehrenbotschafter wolle man auch aufzeigen, dass nicht alles nur ein Geschenk sei, sondern von der persönlichen Lebensführung abhängt. Jean-Pierre Schupp, Chefredaktor der Fitness-Tribüne, rühmte in seiner Laudatio Eugster als phantastischen Menschen, als Vorbild.

Eugster, Jahrgang 1919, ist in Eng-

land aufgewachsen und eröffnete nach einem zahnmedizinischen Studium eine Praxis in Zürich. Er wurde 2008 Strenflex-Fitness-Weltmeister in der Alterskategorie 80plus. Basierend auf den drei Säulen Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit wurde ein Wettkampfprogramm entwickelt, das Menschen in jedem Alter für ein konstantes Training motivieren soll. Eugster ist mit 90 der älteste Ruderer der Welt, der noch an Wettkämpfen teilnimmt. «Bewegung ist Leben» betonte Eugster, aber dies fordere auch Eigenverantwortung.

MARGRITH PFISTER-KÜBLER



René Künzli (l.) gratuliert Charles Eugster zum Ehrenbotschafter. Bild: Oliver Hanser