

Belgische Marathonman Stefaan Engels presenteert het boek “365 marathons in 365 dagen”

- *Het boek is een samenvatting van de 365 dagen tussen januari 2010 en februari 2011, in deze periode liep het project “Marathonman365&PronoKal: een team dat uitdagingen overwint”.*
- *Over een afstand van 15.401,175 km promootten Stefaan en PronoKal[®] sportbeoefening als onderdeel van een gezonde levensstijl.*
- *Canada, Mexico, de Verenigde Staten, het Verenigd Koninkrijk, Portugal, Spanje en natuurlijk België, waren enkele van de landen die het initiatief verwelkomden en meer dan 6000 mensen namen er aan deel.*

Brussel, 3 november 2011. – Stefaan Engels, de meest internationale Marathonman, is nog aan het bekomen van een jaar lang dagelijks een marathon te lopen. Hij beschrijft deze ervaring in zijn boek “365 marathons in 365 dagen”. De loper deelt zijn belevenissen tijdens “**Marathonman365&PronoKal: een team dat uitdagingen overwint**”, een internationaal project onder impuls van PronoKal[®]. Zoals in het boek blijkt is de belangrijkste doelstelling van dit project **een grotere sociale bewustwording creëren van het belang van sportbeoefening als onderdeel van een gezonde levensstijl.**

Doorheen het boek snijdt de loper verschillende onderwerpen aan, van zijn belevenissen in **meer dan 7 verschillende landen** tot het verwezenlijken van zijn wereldrecord. De meest in het oog springende landen zijn België –land van herkomst van de loper–, Spanje–hoofdzetel van zijn belangrijkste sponsor-, het Verenigd Koninkrijk, Portugal, Mexico, Canada en andere. Wat de inhoud betreft komen ook heel persoonlijke momenten aan bod, zoals de beelden en consternatie van het moment toen hij door een spierletsel moest stoppen met lopen en de **42,195 km van een marathon** moest voortzetten met een handbike, een aangepaste fiets die met de handen aan te drijven is. Om geen controverse te veroorzaken over de geldigheid van het wereldrecord zette hij de teller op nul en moest dus opnieuw beginnen vanaf februari 2010. Het boek bevat bovendien bijzonderheden zoals een playlist met onder andere zijn favoriete groep Radiohead, daardoor werden de meestal 4 uur durende marathons een stuk aangenamer. Hij liep gedurende 365 dagen, **meer dan 6000 personen** vergezelden Marathonman tijdens zijn huzarenstuk, zowel lopend, rolschaatsend, fietsend of wandelend. Wat het een nog grotere prestatie maakt is dat bij hem als kind chronische astma werd vastgesteld, waardoor zijn longcapaciteit 30% minder is dan normaal, vandaar zijn vastberadenheid om uitdagingen te overwinnen.

Diezelfde vastberadenheid om uitdagingen te overwinnen zette PronoKal[®] er toe aan deel te nemen aan dit project. Het toont het belang aan van steun uit de omgeving, het stellen van doelen in het dagelijkse leven en de motivatie om welke uitdaging dan ook te overwinnen, van dagelijks een marathon lopen tot gewicht verliezen. Bovendien hecht het bedrijf dat gespecialiseerd is in een methode voor gewichtsverlies, in haar behandeling belang aan voedingsadvies, opvolging door een arts, emotionele ondersteuning en fysieke activiteiten en beschouwt deze als essentieel voor een behoud op lange termijn. Daarom vond PronoKal[®] in Marathonman de ideale partner om de Belgische bevolking te bereiken. Het was trouwens in België waar hij een jaar geleden van start ging, met de boodschap de gezondheid te verbeteren door aan sport te doen en gezond te leven.

“365 marathons in 365 dagen”

Het boek telt 222 pagina's, verdeeld over 25 hoofdstukken en is beschikbaar in 4 talen: Nederlands, Engels, Spaans en Frans. Doorheen de hoofdstukken worden kilometer voor kilometer de dagelijkse ervaringen van Stefaan uitvoerig beschreven. Daarom bevat het boek het relaas van de beste momenten, zoals het breken van het record van 53 opeenvolgende marathons. Dat was tot dan in handen van de Japanner Akinori Kusuda en Stefaan kon dat vieren in zijn geboorteplaats Gent. Ook de moeilijkere momenten komen aan bod, zoals de eenzaamheid tijdens het lopen, of de koude, zijn blessure aan het begin van de uitdaging en de ademhalingsproblemen die hij in Mexico door de hoogte moest overwinnen. Gelukkig is de eindbalans positief, dankzij zijn inspanning en het teamwerk met PronoKal®, dat hij eerde door de 365ste marathon te lopen in Barcelona (waar het bedrijf gevestigd is). Een heel avontuur en de publicatie van het boek is de kroon op het werk.

Strijd tegen overgewicht en obesitas

Naast de samenwerking met Stefaan Engels lanceert PronoKal® ook andere internationale acties. In 2011 heeft het bedrijf een nieuw initiatief gestart: “Nos gusta la gente que supera retos” (“We houden van mensen die uitdagingen overwinnen”). Iedereen wordt aangemoedigd projecten voor te stellen die de gezondheid helpen verbeteren. Dat kunnen fysieke activiteiten zijn, sociale bewustwording of zelfs medisch onderzoek. PronoKal® helpt ze dan te verwezenlijken. Het bedrijf helpt ook mee met het verspreiden van informatie betreffende overgewicht en obesitas, verstrekt voedingsadvies en meet de BMI om de mensen bewust te maken van dit probleem.

De bedoeling is telkens om aandoeningen zoals overgewicht en obesitas onder de aandacht te brengen en oplossingen aan te reiken. Volgens cijfers van de European Association for the Study of Obesity (EASO) komt in Europa obesitas voor bij 10-25% van de mannen en 10% van de vrouwen. Bovendien tonen gegevens van het International Obesity Task Force (IOTF) dat in **België de cijfers van overgewicht en obesitas stijgen, tot bijna 40% bij vrouwen en 60% bij mannen**. Volgens de European Association for the Study of Obesity zijn deze cijfers nog gestegen de laatste jaren en ze geven weer dat in de meerderheid van de Europese landen meer dan 50% van de bevolking lijdt aan overgewicht of obesitas.

Meer info over PronoKal® - www.pronokal.com

De PronoKal® Methode van Protein Supplies S.L. is sinds 2004 op de Europese markt en sinds 2010 op de Belgische met een team van meer dan 180 personen. Tot op heden zijn wereldwijd al meer dan 200.000 patiënten behandeld met de PronoKal® Methode, zowel in Spanje, het Verenigd Koninkrijk, Portugal, België als ook in andere landen zoals Mexico, Canada, Argentinië, Brazilië en Uruguay.

Het personeelsbestand bestaat uit voedingsdeskundigen en diëtisten, medische vertegenwoordigers en administratieve medewerkers. Andere vaste medewerkers zijn fitness specialisten, deskundigen in psychologische ondersteuning, als ook keukenchefs die creatieve en eenvoudige ideeën aandragen voor het bereiden van gezonde menu's. Elk hebben ze een specifieke taak, goed gericht op de patiënt of als ondersteuning van de verschillende structuren in het bedrijf. De PronoKal® Methode kan enkel worden voorgeschreven door speciaal opgeleide artsen en telt momenteel meer dan 2000 voorschrijvende artsen wereldwijd.

Protein Supplies S.L. hecht ook veel belang aan permanente vorming. Daarom worden zowel de eigen werknemers als ook de voorschrijvende artsen opfrisprogramma's aangeboden over de methode en tevens workshops over neuronlinguïstisch programmeren en fysieke activiteiten. Het doel is de kennis van de PronoKal[®] Methode, als ook het Proteïnedieet, op te frissen en uit te breiden.

Neem voor meer informatie contact op met:

Pre-Text PR & Events

Fred Int Panis

fred@pretext.be

Tel. +32 (0)3 4004060