

Arnold Schwarzenegger begeistert Fans bei Heimattreffen am Thalersee!

Arnold Schwarzenegger begrüßt Fans in Thal, im Rahmen eines Events von „Arnold’s Pump Club“, zur Förderung von Fitness und Gemeinschaft.



Nachrichten AG

Thal, Österreich - Arnold Schwarzenegger besuchte am Sonntag seine Heimatgemeinde Thal bei Graz, wo er sich mit 150 Mitgliedern von „Arnold’s Pump Club“ traf. In einer herzlichen Begrüßung an die versammelten Fans sagte er: „Guten Morgen – willkommen am Thalersee!“. Über die Jahre sind zahlreiche Fans aus ganz Europa angereist, um Schwarzenegger zu sehen und mehr über seine Wurzeln zu erfahren. Die Veranstaltung stellte auch eine Gelegenheit dar, seine Kindheitserinnerungen am Thalersee zu teilen, wo er schwimmen lernte und seine ersten Klimmzüge machte.

Unter den Teilnehmern war auch Peter Urdl, ein Freund aus Kindertagen, der die „Pump Club“-Mitglieder begleitete. Das

Geburtshaus von Schwarzenegger, das heute als Museum fungiert, zieht viele Besucher an und erinnert an die Anfänge des berühmten Schauspielers und Bodybuilders. Die Veranstaltung illustriert den Geist von „Arnold’s Pump Club“, der vor etwa zweieinhalb Jahren gegründet wurde, mit dem Ziel, Fitness und positive Veränderungen zu fördern. **Krone** berichtet, dass der Mitbegründer Daniel Ketchell von über einer Million täglichen Lesern der „Pump App“ sprach.

Fitness-Community und persönliche Erfolge

Die „Pump App“ wird von Adam Bornstein, einem weiteren Mitbegründer, als Plattform beschrieben, die dazu dient, App-Nutzer im echten Leben zusammenzubringen. Mitglieder der App haben signifikante Fortschritte erzielt, einschließlich Gewichtsverlust von bis zu 100 Pfund sowie das Erreichen von ersten Push-ups oder Pull-ups. Erfahrene Mitglieder haben beeindruckende Höhen wie 600 Pfund im Deadlift und 400 Pfund im Squat erreicht, was die Erfolge innerhalb der Community unterstreicht. Diese gegenseitige Unterstützung führt dazu, dass persönliche Herausforderungen und Erfolge geteilt werden.

Um die Mitglieder weiter zu unterstützen, bieten die Gründer regelmäßige Q&A-Sitzungen in der App an. Die Mitgliederrückmeldungen fließen kontinuierlich in die App-Entwicklung ein, was einen aktiven Austausch ermöglicht. Diese enge Interaktion zeigt, dass die Community nicht nur motiviert, sondern auch aktiv in die Weiterentwicklung der Programme eingebunden ist. **Arnold’s Pump Club** hebt hervor, dass die App eine monatliche Veröffentlichung des internen Entwicklungsplans bietet, um die Wünsche der Mitglieder zu berücksichtigen.

Pump Club Podcast und Fitness-Motivation

Ein weiterer Aspekt der „Pump Club“-Initiative ist der beliebte Podcast, der inzwischen über 5 Millionen Downloads erreicht hat. **Schwarzenegger** betont, dass der Podcast eine ideale

Möglichkeit bietet, den Tag zu beginnen, da er nur 5-10 Minuten dauert. In einer Episode, die am 13. Mai 2024 veröffentlicht wurde, diskutiert er die Planungsphase in der Fitness, betont jedoch, dass viele Menschen oft nicht handeln, obwohl sie planen, mit Training oder Diät zu beginnen.

Abgerundet wird das Angebot durch einen kostenlosen 115-seitigen Workout-Leitfaden, den Schwarzenegger bereitstellt, um Neulinge in der Fitnesswelt zu unterstützen. Er unterstreicht die Bedeutung von Coaches und Mentoren in seiner eigenen Fitnessreise, und lädt alle dazu ein, ihre Fitnessziele nicht nur zu planen, sondern aktiv anzugehen. So zeigt sich, dass „Arnold’s Pump Club“ nicht nur eine Fitness-Community ist, sondern auch ein Ort der Motivation und des persönlichen Wachstums.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Thal, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.krone.at• arnoldspumpclub.com• com.schwarzenegger.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at