



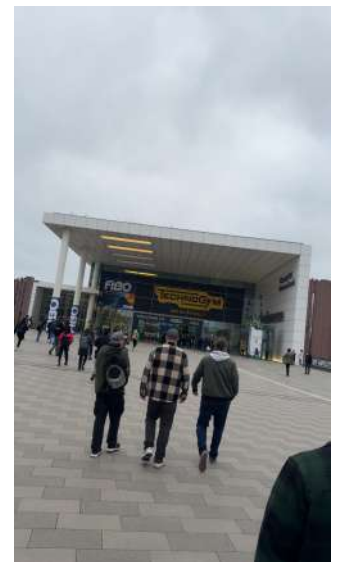
Die **FIBO** – die weltweit größte Messe für Fitness, Wellness und Gesundheit – ist jedes Jahr ein Pflichttermin für alle, die sich für Training, Ernährung und Innovationen im Sport begeistern. Hier treffen sich internationale Hersteller, Athleten, Sportbegeisterte und Fachbesucher, um neueste Trends zu entdecken, Geräte zu testen und sich miteinander zu vernetzen. Für uns als FitCrew der Universität der Bundeswehr München bietet die FIBO eine einmalige Gelegenheit, über den Tellerrand hinauszublicken, neue Impulse für unser Training zu sammeln und den Teamgeist weiter zu stärken.

Ein herzliches Dankeschön gilt dabei dem Sportförderverein der UniBw München, der uns auch in diesem Jahr wieder die Teilnahme an diesem besonderen Event ermöglicht hat. Ohne diese Unterstützung wäre eine solche Reise nicht möglich gewesen – wir wissen das sehr zu schätzen und hoffen, unsere Begeisterung und das Erlebte mit vielen neuen Impulsen zurück in den Uni-Alltag zu bringen.

## Tag I – Anreise & Einstimmung

Am Mittwoch machten wir uns als motivierte Truppe der FitCrew der Universität der Bundeswehr München auf den Weg zur größten Fitnessmesse der Welt – der FIBO 2025 in Köln. Unsere Aufregung und Vorfreude war schon auf der Fahrt deutlich spürbar, trotzdem oder gerade deshalb herrschte beste Stimmung.

Am Abend fanden wir uns in unserer Unterkunft, der Luftwaffenkaserne Köln-Wahn, ein. Nach dem Bezug der Stuben und einer kurzen Verschnaufpause ließen wir den Abend im Offiziersheim ausklingen. Bei einem kühlen Getränk, angeregten Gesprächen über Trainingspläne, Supplementtrends und natürlich über die FIBO selbst, wurde schnell klar: Der nächste Tag würde intensiv – und unvergesslich. Also ab ins Bett, denn der Wecker sollte früh klingeln!



## Tag 2 – Messe, Muskelmasse und Wettkampf

Am Donnerstagmorgen starteten wir pünktlich und voller Energie in den Messetag. Schon die Ankunft in den Messehallen war ein Erlebnis für sich – gefühlt ein Fitness-Disneyland! Da der Tag noch den Fachbesuchern, Pressevertretern und wenigen Privatgästen vorbehalten war, konnten wir uns in den angenehm leeren Hallen zunächst einen Überblick verschaffen.

Von Shakern bis zu Squat-Racks – an jeder Ecke wartete etwas Neues. Die Hauptaussteller waren, wie zu erwarten, zahlreiche Supplementhersteller, Sportgeräteproduzenten und Bekleidungsmarken. Besonders beeindruckend war die Vielfalt und Qualität der ausgestellten Fitnessgeräte – ein wahres Paradies für Technik- und Trainingsfans.

Ein Highlight war das Wiedersehen mit Legenden und bekannten Sportlern: Wir trafen unter anderem Thomas Scheu, eine wahre Größe im deutschen Bodybuilding. Aber auch viele bekannte Influencer und Athleten waren vor Ort. Ein Selfie hier, ein kurzes Gespräch da – Inspiration pur!



Natürlich ging es nicht nur ums Schauen, sondern auch ums Mitmachen. Überall auf der Messe lockten Challenges mit tollen Preisen. Ein Kamerad unserer Crew stellte sich mutig einem Brustpressen-Wettbewerb und gewann tatsächlich den



Hauptpreis!

Später ging es an die Dips-Challenge, und am Stand von Karsten Stahls Firma Mammut versuchten sich einige tapfer an „Hau den Lukas“ – mit mehr oder weniger erfolgreichem Hammerschwung, aber definitiv mit viel Gelächter.





Nach dem Mittagessen feuerten wir unsere Kameraden beim HYROX Double-Wettkampf an. Was sie dort auf die Beine stellten, war einfach beeindruckend: eine Top-Zeit beim allerersten Wettkampf dieser Art – Respekt!

Im Anschluss widmeten wir uns ausgiebig den Geräteherstellern. Besonders spannend war der Besuch am Stand von Schnell, wo wir bereits einen Blick auf unsere zukünftigen Geräte für unseren UniBw-Fitnessraum werfen konnten – und sie natürlich direkt

getestet haben!  
Fazit: Die Vorfreude auf die neuen Tools ist riesig.



Am Abend kehrten wir in ein gemütliches Burgerrestaurant ein. Bei gutem Essen, entspannter Atmosphäre und viel Gelächter wurden neue Ideen geboren, alte Geschichten ausgepackt und der Teamgeist weiter gestärkt. So geht Teambuilding à la FitCrew!

## Tag 3 – Mehr HYROX, mehr Eindrücke, mehr Bundeswehr!

Am Freitag stand ein weiteres sportliches Highlight auf dem Programm: Einzelwettkämpfe beim HYROX. Auch hier zeigten unsere Kameraden absolute Spitzenleistungen – mit Ausdauer, Kampfgeist und taktischer Cleverness. Wer noch daran zweifelte, dass Soldaten mehr können als Märsche und Manöver, wurde spätestens hier eines Besseren belehrt.

Natürlich durfte ein Besuch am Bundeswehr-Stand nicht fehlen. Dieser präsentierte sich in diesem Jahr mit einem besonders kreativen Konzept: Ob Kletterwand, virtuelle Einsatzszenarien oder Fitness-Challenges – hier war für jeden etwas dabei. Spaß und Information gingen Hand in Hand, und wer wollte, konnte einmal tief in den Berufsalltag von Soldatinnen und Soldaten hineinschnuppern.



## Fazit – Muskelkater mit Erinnerungswert

Die Dienstreise zur FIBO 2025 war für uns alle ein voller Erfolg. Wir haben nicht nur neueste Entwicklungen der Fitnessbranche kennengelernt, sondern auch wertvolle Erfahrungen gesammelt, Kontakte geknüpft, unsere Teamkultur gestärkt – und natürlich ordentlich Spaß gehabt.



Ein großer Dank geht an alle, die diese Reise möglich gemacht haben – Organisation, Durchführung, Unterstützung vor Ort. Wir freuen uns schon jetzt auf die FIBO 2026 – dann hoffentlich mit noch mehr motivierten Mitgliedern der FitCrew an unserer Seite!

Fit bleiben – stark zusammen!