

# Mit 80 fühlt er sich wie mit 50

Sportarzt Wildor Hollmann feiert Geburtstag

**MENDEN.** (cpl) Seit Jahrzehnten ist Professor mult. Dr. Wildor Hollmann einer der bekanntesten, anerkannten und führenden Sportmediziner und Forscher der Welt. Der aus Menden stammende und heute in Brüggen am Niederrhein lebende Arzt wird am Sonntag, 30. Januar, 80 Jahre alt.

Er war Präsident des Deutschen Sportärztebundes, Präsident des Weltverbandes der Sportmediziner, heute deren Ehrenpräsident, war als internistischer Betreuer für mehrere Nationalmannschaften tätig, blieb auch nach seiner Eremetisierung der Forschung und Lehre treu, betreut noch heute Doktoranden und hat nur einen Wunsch zum 80. Geburtstag: in der Forschung noch Erkenntnisse gewinnen.

1969 eckte er an, als er die inzwischen belegte These aufstellte, durch geeignetes körperliches Training gelinge es, 20 Jahre lang 40 Jahre alt zu bleiben. Mit seinen 80 Jahren fühlt er sich wie vor 30 Jahren. „Wenn man von Krankheit verschont bleibt und etwas für seine geistige und körperliche Fitness tut, kann es sehr lange dauern, bis man das spürt, was man Alter nennt.“

Er selbst hat sieben Tennis-



Wildor Hollmann wird am Sonntag 80 Jahre alt. Foto: dpa

partner überlebt, hält sich jetzt fit, indem er 15 bis 20 Mal die 30 Treppenstufen zwischen seinen beiden Arbeitszimmern nimmt. 600 Stufen am Tag sind wie eine halbe Stunde Joggen, stellt er fest. Seit 40 Jahren hält er nach eigenen Angaben sein Gewicht, steigt alle zwei Tage auf die Waage, reduziert notfalls seine Mahlzeiten. „Man muss sich an die Kandare nehmen.“

Weltweit wurde Wildor Hollmann mit Ehren überhäuft, von China über Südafrika bis in die USA. Am Dienstag wird er in einer Akademischen Feierstunde in der Sporthochschule Köln geehrt.