

TRUCKER NEWS

Tobias Knop (22) und seine mobile Massageliegen stehen jeden Freitag ab 16 Uhr im Aufenthaltsraum der Trucker bereit.



Trucker lassen sich durchkneten



Sie sitzen stundenlang hinterm Steuer, müssen kiloschwere Schränke heben und belasten so täglich Muskeln und Gelenke. Trucker haben keinen leichten Job. Um

ihnen etwas Gutes zu tun, hat nobilia jetzt seit einigen Wochen einen Masseur engagiert.

Tobias Knop ist ausgebildeter Physiotherapeut und kennt die Belastungen der Trucker. „Durch das lange Sitzen wird die Wirbelsäule überdehnt. Das führt zu heftigen Schmerzen. Und das Abladen der Küchen belastet die Muskeln stark“, so Tobias Knop. Schon eine 15-minütige Massage reiche aus, um kurzfristig Milderung zu verschaffen. „Die Ursache kann ich natürlich nicht verändern“, erklärt der Physiotherapeut. Aber mit den ersten Truckern sei er bereits auf dem Wege,

ihnen Gymnastikübungen beizubringen. So können sie im Alltag ihre Gelenke und Muskulatur selbst schonen. Jeden Freitag steht Tobias Knop mit einer mobilen Massageliege im Aufenthaltsraum der Trucker bereit und wartet auf seine Kunden. Bis 22 Uhr knetet er dann die Heimkehrer durch. „Die Fahrer sind begeistert. Es ist der richtige Schritt, um lange krankheitsbedingte Ausfälle zu verringern“, so Fuhrparkleiter Klaus Hartmann. Und auch die Trucker ohne Schmerzen nutzen den Dienst vom Masseur. Schließlich ist eine Massage nach einer anstrengenden Arbeitswoche entspannend.

Mit NÜTZLICHEN TIPPS!

Viel Neues auf einen Blick