

Hallo, wer bist du?

Ich bin Moritz Kahler und 25 Jahre alt. Seit meiner Kindheit habe ich großes Interesse an Sport und Bewegung. Zu meinen Hobbys zählen unter anderem Parkour und Freerunning, Fitness und Calisthenics. 2015 gründete ich mit zwei Freunden einen Parkour Verein (Parkour Kleinmachnow e.V.), welcher sich bis heute zum größten Parkourverein Brandenburgs entwickelt hat. Hier bin ich als Vorstand und Trainer tätig. Wir zählen inzwischen ca. 150 Mitglieder und 18 Trainer und arbeiten als gemeinnütziger Verein daran, Kindern und Jugendlichen diesen besonderen Sport näher zu bringen.

Des Weiteren sind wir gerade dabei den 3. Parkourpark zu errichten an dem wir mitgewirkt haben.

Was sind deine beruflichen Qualifikationen?

Ich habe die Fitnesstrainer A- und B-Lizenz, sowie die Ernährungsberater B-Lizenz

Wie lange bist du schon im Deen aktiv?

Ich bin im Deen seit Juli 2022

Was magst du am Deen besonders?

Die familiäre Atmosphäre, die Exklusivität, die Mitglieder, die Kollegen und die Möglichkeit, die Mitglieder ernsthaft bei ihren sportlichen Zielen zu unterstützen.

Was für Sport machst du selbst gerne?

Kraftsport, Calisthenics, Parkour, Skateboard fahren

Hast du eigene sportliche Ziele?

Ich möchte mich noch deutlich im Calisthenics Bereich verbessern, also im Training mit dem eigenen Körpergewicht.

Was ist deine persönliche Hassübung?

Planks, aber meine persönliche Hassdisziplin sind Langstreckenläufe

Wie motivierst du dich selbst zum Sport treiben?

Beim Sport kann ich abschalten, mich auspowern und bekomme meinen Kopf frei. Ich brauche sportliche Bewegung in meinem Alltag, um im Gleichgewicht zu bleiben.

Was ist dein ‚guilty pleasure‘

Das ich mir in letzter Zeit sehr oft einen Uber bestelle, anstatt Bus und Bahn zu fahren.