

Auf ein Wort

Wie halten sich Prominente fit? Wir fragten Baden-Württembergs Umweltministerin Tanja Gönner (CDU). SZ-Foto: Roland Rasemann

Tanja Gönner steigt gerne Treppen

Ich muss zugeben, dass die Gesundheitsvorsorge bei mir manchmal etwas zu kurz kommt. Aber ich versuche schon, regelmäßig Sport zu treiben und durch den Wald meine Runden zu laufen. Das hält mich körperlich fit und macht auch den Kopf frei. Ich vermeide auch ganz bewusst, Aufzug zu fahren und steige lieber Treppen hoch. Im Ministerium laufe ich in den siebten Stock. Beim Essen achte ich darauf, Salat, Gemüse oder Obst zu verwenden. Im Winter verschafft mir ein regelmäßiger Gang in die Sauna den nötigen Ausgleich.