

## Der erste Marathonlauf macht Gefäße jünger

Wer den ersten Marathonlauf seines Lebens entschlossen in Angriff nimmt, tut zumindest seinen Gefäße etwas Gutes. Denn das Vorbereitungstraining und der Lauf haben eine „gefäßverjüngende“ Wirkung.



Ein Service von  
"Galeria Vital Infocenter"

[Zum Artikel](#) [1]

**Quelle:** Ärzte Zeitung online,  
09.01.2020

Forum "Gesundes Jena"

Galeria Vital® Gesundheits- und Marketingredaktion

**Quellen-URL:**

<http://www.gesundes-jena.de/aktuelles/der-erste-marathonlauf-macht-gefaesse-juenger>

**Verweise:**

[1] [https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Der-erste-Marathonlauf-macht-Gefaesse-juenger-405488.html?utm\\_campaign=AEZ\\_NL\\_NEWSLETTER](https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Der-erste-Marathonlauf-macht-Gefaesse-juenger-405488.html?utm_campaign=AEZ_NL_NEWSLETTER)