

„Normal“ ist Joey Kelly zu langweilig – bei ihm müssen Challenges extrem sein und ihn herausfordern – dann macht es erst so richtig Spaß!



# Alles reine Kopfsache!

## **Interview mit Joey Kelly – Musiker, Unternehmer und Ausdauersportler**

Für wohltätige Zwecke quält sich Joey Kelly durch die härtesten Challenges: Er läuft zum Südpol, durchquert das Death Valley, fährt mit dem Fahrrad durch die USA. „Alles eine Frage der Selbstdisziplin und des eisernen Willens!“, sagt der Künstler und Familienvater. Wir haben Kelly zu seinen außergewöhnlichen Aktionen, seiner Motivation und seinen jüngsten Plänen befragt.

Fotos: INJOY

**body LIFE:** Was treibt dich über all die Jahre zu diesen Extremleistungen an?

**Joey Kelly:** Das ist ganz einfach: Es sind die Leidenschaft, die Passion, der Spaßfaktor, das Team, die Herausforderung und die Challenges selbst! Das alles motiviert mich immer wieder zu neuen Höchstleistungen! Bei mir ist alles eine Kopfsache, eine Frage der Selbstüberwindung. Und dann heißt es natürlich, die Dinge konsequent umzusetzen und zielorientiert zu handeln. Absolute Disziplin, viel Ehrgeiz und ein hohes Maß an Zielstrebigkeit sind Voraussetzung.

**body LIFE:** Welche nächsten Events stehen bei dir an?

**Joey Kelly:** Bei mir steht als nächstes die Teilnahme am YouTube-Format „7 vs. Wild“ 2023 bevor. Aber die genauen Aufzeichnungs- und Ausstrahlungstermine stehen derzeit noch nicht fest. Dann startet im Juli endlich mein ganz großes Projekt „7 Summits“. Dabei werde ich die jeweils höchsten Berge aller sieben Kontinente besteigen. Dieses Jahr beginne ich mit den Kontinenten Europa und Afrika.

Im November steht dann wieder der RTL-Spendenmarathon an und bis Ende des Jahres noch drei Projekte gemeinsam mit stern TV. So viel darf ich schon verraten: Eines davon ist eine Challenge, die über 200 Kilometer durch die Sahara führt.

Und last, but not least erscheint im Oktober ein neues Buch von mir! Darin betrachte ich all meine Challenges der letzten 25 Jahre rückblickend.

**body LIFE:** Superfit bist du allemal – aber wie lange planst du, solche körperlichen Herausforderungen und extremen Aktionen noch auszuüben?

**Joey Kelly:** Ich bin vor wenigen Monaten 50 Jahre alt geworden. Gerade bei so Dingen wie dem RTL-Spendenmarathon hoffe ich – da er für einen wirklich guten Zweck ist –, dass ich diesen mindestens noch zehn Jahre machen darf. Das wäre eine große Ehre!

**body LIFE:** Welcher Herausforderung stellt ihr euch beim diesjährigen Spendenmarathon?

**Joey Kelly:** Da ist etwas ganz Besonderes in Planung! Da RTL offizieller Partner der NFL ist, gibt es an der RTL-Zentrale in Köln, wo jedes Jahr die Challenges des Spendenmarathons stattfin-

den, einen American-Football-Parcours. Seid gespannt, denn das wird tough und einfach wunderschön! Und alle Gelder gehen selbstverständlich zu 100 Prozent an weltweite Projekte für Kinder in Not. Mein Markenpartner INJOY hat wie jedes Jahr auch diesmal durch seine großzügigen Spenden einen riesigen Anteil daran.

**body LIFE:** Du bist als Markenbotschafter für INJOY, einen namhaften Anbieter aus der professionellen Fitnessbranche, aktiv. Was macht für dich die Zusammenarbeit aus?

**Joey Kelly:** Meine Message ist, dass man für mehr Gesundheit, mehr Fitness und eine höhere Lebensqualität auch etwas tun muss! Und diese Einstellung vertritt auch mein Partner. Grundlage allen Wirkens bildet die feste Verankerung der Kernbotschaften rund um das Thema Muskeltraining für alle Alters- und Zielgruppen.

Das jährliche große INJOY-Franchise-Verbundpartnertreffen fand in diesem Jahr im Juni sogar bei mir zu Hause in Lohmar statt. Unser beider Spirit passt einfach zusammen – wir ergänzen uns ganz hervorragend! Daher



Joey Kelly tritt regelmäßig beim RTL Spendenmarathon an und sammelt Rekordsummen für Kinder

hoffe ich, dass unsere beiden gemeinsamen Erfolgsgeschichten noch eine ganze Weile andauern werden!

**body LIFE:** Vielen Dank für das Interview und viel Erfolg bei deinen zukünftigen Plänen und Aktionen!



Bei seinen Trainingseinheiten vertraut der Sportler den Profis von INJOY. Die beiden verbindet eine langjährige Partnerschaft