

Pressemitteilung

Die Windsurf-Legende im NOT TOO OLD Podcast: Bjørn Dunkerbeck über 42 WM-Titel, die Surf-Szene, Gran Canaria, künstliche Hüften und keine Lust aufs Aufhören

Hamburg, 20. Mai 2025 – 42-facher Windsurf-Weltmeister, Werbestar der 90er und lebende Legende auf dem Wasser: Bjørn Dunkerbeck war schon berühmt, als es noch kein Social Media gab, spätestens seit dem kultigen Nutella-Werbespot, in dem er den Satz prägte: „Man wird nicht 10x Weltmeister mit dem falschen Frühstück“. Heute ist der Profi-Windsurfer 55 Jahre alt und auch nach 42 Weltmeister-Titeln noch immer nicht satt. Im Podcast „NOT TOO OLD“ spricht er über ein Leben zwischen Wind, Wellen, Wettkämpfen und seinem Familienleben auf Gran Canaria.

Erst kürzlich hat er wieder die magische Marke von 100 km/h auf dem Surfboard geknackt – mit zwei künstlichen Hüften und einem Kampfgewicht von 110 Kilogramm. Davon profitiert der Hüne mit dänisch-niederländischen Wurzeln: „Beim Speedsurfen hilft jedes Kilo – leichter wäre da sogar ein Nachteil. So spare ich mir Zusatzgewichte auf den Schultern.“

Im Gespräch mit Gastgeber Kai Bösel blickt Dunkerbeck zurück auf fast 40 Jahre Profisport, über 300 Kilo Gepäck auf Touren, unzählige Wettkämpfe – und nach vorn: auf neue Rekordversuche, eigene Surf-Wettbewerbe, seine vier sportlichen Kinder und sein Engagement für Umwelt und Nachwuchs.

„Windsurfen ist wie Seelenwäsche“, sagt Dunkerbeck. „Du konzentrierst dich aufs Hier und Jetzt – und kommst als neuer Mensch vom Wasser zurück.“ Für ihn ist Sport nicht nur Leistung, sondern Lebensgefühl. Und dass man auch mit über 50 noch anfangen kann, betont er mehrfach: „Heute sind die Bretter breiter, die Segel leichter – das ist wie der Unterschied zwischen altem Drahtesel und E-Bike.“

Weitere Themen der Folge:

- Warum Wassersport besser ist als jede Therapie
- Wie sich die Surfszene seit den 90ern verändert hat
- Was es bedeutet, mit 300 Kilo Gepäck und Surfboards um die Welt zu reisen
- Warum seine Surfschulen heute auch Generationen aufs Brett bringen
- Und wie aus dem „Eismann“ von einst ein echter Umweltbotschafter wurde

🎧 Die Episode ist ab sofort auf [Spotify](#), [Apple Podcasts](#), [YouTube](#) und allen gängigen Plattformen verfügbar.

🔗 **Link zur Folge:** nottooold.de/podcast/nto-pod-54-bjoern-dunkerbeck-windsurfen

Über „NOT TOO OLD“:

„NOT TOO OLD“ ist ein Magazin und Podcast und richtet sich an Männer zwischen 45 und 65, die mitten im Leben stehen – und dabei neugierig bleiben. In Gesprächen mit Expert*innen und bekannten Gästen geht es um Themen wie Gesundheit, Karriere, Musik, Technologie, Beziehungen, Lifestyle und gesellschaftlichen Wandel. Gastgeber ist **Kai Bösel**, Medienprofi, Vater, Unternehmer und Herausgeber des gleichnamigen Online-Magazins. www.nottooold.de



Über Kai Bösel

Seit 1999 ist Kai Bösel in der Online-Branche tätig. Er ist Autor, Blogger, Speaker und Moderator, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, Männer insbesondere in der zweiten Lebenshälfte zu inspirieren und zu motivieren. Seine Arbeit bei Notttooold und Daddylicious widmet sich besonders den Herausforderungen und Freuden des Vaterseins sowie den Möglichkeiten, die das Leben für Männer über 50 bereithält. www.nottooold.de und www.daddylicious.de.



Hinweise für die Redaktionen:

Für weitere Informationen oder Interviewwünsche melden Sie sich bitte bei:

Martin Steinbach

- freier Pressesprecher -

TEL: 015161119000

martin.steinbach@fleaky.de

Adresse/ Belegexemplare:

Martin Steinbach

Freier Pressesprecher

Mühlenstr. 23

53347 Alfter

Ausgewählte Episoden:

#4 Sommelier Hendrik Thoma: Weinwissen für Einsteiger

#15 Journalist Gerd Blank: Vanlife und Camping

#17 Markus Malle: Mit Ü50 bei Ninja Warrior Germany

#22 Mentalist Thorsten Havener: Die Kraft der Gedanken

#25 Urologin Dr. Laura Wiemer: Erektile Dysfunktion

#27 Autor Stefan Schwarz über die Diagnose Krebs

#31 Moderator Michael Körner über die Faszination Poker

#34 Braumeister Oliver Wesseloh: Craft Beer

#36 Sprecher Jens Wawrczeck: Hitchcock & Drei ???

#37 Autor Berni Mayer über Trauer und eine Anleitung zum Traurigsein

#42 Verleger & Moderator Helge Thomsen: Autopunk

#44 Forensiker und Kriminalbiologe Dr. Mark Benecke: Wissenschaft & Crime

#48 Regisseur Simon Verhoeven über seinen Film „Alter weißer Mann“

#53 Musikproduzent Toby Gad über das MusicBiz, Superhits und die USA

-> Alle Folgen und Links hier im [NOT TOO OLD Magazin](#)