

Ernährung, Wellness, Fitness und Erlebnis

Informationen für eine gesunde und vitale Lebensweise – Trendthemen unserer Zeit

Waldeck. (hl) Das Wellvital-Landhaus „Zum Hirschen“ in Waldeck bei Kernnath soll zu einem Zentrum für gesunde und vitale Lebensweise werden. Dazu beitragen soll ein neues Terminhighlight im Kernnather Land am 20. und 21. September: die Wellvital PLUS, die Fitness- und Wohlfühlmesse.

Zusammen mit Bürgermeister Werner Nickl und dem Partner des Hauses, dem Fitnesscoach und Unternehmer Harald Fichtner, stellten die Eheleute Zintl die Messe vor. Dabei betonte Inhaberin Elisabeth Zintl, dass gesunde Ernährung, Wellness, Fitness und Erlebnis die Trendthemen unserer Zeit sowie aus Alltag und Berufsleben nicht mehr wegzudenken seien. Die Menschen setzen sich immer mehr damit auseinander, wie sie sich persönlich fit halten und ihre Gesundheit dauerhaft unterstützen können.

Die Wellvital PLUS – Die Fitness- und Wohlfühlmesse will hier nun neue Akzente in der Region setzen. Erstmals wird sie am 20. und 21. September jeweils von 10 bis 18 Uhr im Wellvital-Landhaus „Zum Hirschen“ in Waldeck bei Kernnath stattfinden. Dabei garantieren Hotel und Umgebung



Bürgermeister Werner Nickl, Fitnesscoach Harald Fichtner und Elisabeth und Leonhard Zintl stellen gemeinsam das Programm zur Wellvital-PLUS-Messe vor. Bild: hl

ein passendes und stimmiges Ambiente für die Messe.

Um die Besucher über die vielfältigen Themen aus den Bereichen Gesundheit und Wohlfühlen zu informieren, fußt das Messekonzept auf zwei Säulen: Zum einen sind zahlreiche Aussteller aus den Bereichen Fitness, Wohlfühlen, Wellness und Gesundheit vertreten.

Darunter ist unter anderem der Begründer der ersten Deutschen Yoga-Schule, Altmeister Sigmund Feuerabend, oder auch die Sportschule Harald Fichtner aus Wiesau.

Zum anderen sollen Fachvorträge über Ayurveda, euroveda, betriebliche Fitness, Work-Life-Balance oder auch über aktives und vitales Leben Einblicke in

die Vielseitigkeit einer gesunden Lebensweise geben.

Daneben gibt es während der Messe die Möglichkeit eines Wellvital-Gesundheitschecks, bei dem Blutdruck und Fettanteil gemessen und anschließend analysiert werden. Zudem stellt Fitness-Coach Harald Fichtner in einer Weltpremiere den neuen „MyRide“ (Indoor Cycling Trainingssoftware)

von Tomahawk vor. Auch Einführungen in das Barfuß-Laufen werden geboten.

Während der zwei Tage steht ein Masseur für Kurzmassagen zur Verfügung. Einführung in das tibetische Klangschalenerlebnis runden das Angebot ab. Stephan Müller von der Firma Extra-Touren, der auch die Ferienfreizeit in Kernnath organisiert, hat für die Kinder ein attraktives Rahmenprogramm zusammengestellt.

Küchenmeisterin Elisabeth Zintl sorgt bestens für Speis und Trank. Dabei stehen regionale und vitale Produkte im Vordergrund. So können die Gäste frisch gepresste Obstsafts kosten, vitale Salate genießen oder auch gesunde Häppchen zu sich nehmen.

Weiter Informationen im Internet: www.wellvital-landhaus.de

wellvital