



PRESSEAUSSENDUNG

HERBST & PRANGER – BEWEGTES WIEDERSEHEN IN BAD TATZMANNSDORF

04.04.2024 | REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf

Auch heuer sind Manfred Pranger und Reinfried Herbst im Juni und Oktober wieder zu Besuch im REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf. Wieder mit ihrer klaren Mission im Gepäck. Nämlich die Menschen an langjähriger Erfahrung aus 25 Jahre im Spitzensport teilhaben zu lassen und diese für Bewegung zu begeistern.

Zahlreiche Siege im Skirennsport, viele Höhen aber auch Tiefen, Erfolge, Verletzungen und falsches Training bewegten die beiden prominenten und erfolgreichen Skisportler Manfred Pranger und Reinfried Herbst zu neuen Perspektiven. Ihr innovatives Trainingskonzept, das Motivation und optimale Bewegungsabläufe für alle Muskelgruppen vereint, ist sowohl für nicht sportliche als auch sportlichere Teilnehmer:innen ein Gewinn für Körper und Geist.

„Eines gleich vorweg: Wir wollen aus niemandem einen Spitzensportler machen! Jede:r kann seine Trainingsintensität frei wählen“, stellten die beiden Ex-Skirennläufer klar. *„Unsere Übungen sind ohne Zusatzgewicht. Uns ist es wichtig, präventiv mit unseren Übungen, die nicht sehr viel Zeit in Anspruch nehmen, vorzubeugen, um gesund zu bleiben oder zu werden.“*

Die Teilnehmer:innen profitieren in jeder Hinsicht bei einem motivierenden Bewegungsworkshop, einer E-Bike Tour durch die wunderbare Region des Südburgenlandes und dem beinahe unerschöpflichen Erfahrungsschatz der beiden Spitzensportler.

„Diese einzigartige Gelegenheit ist ein Geschenk an unsere Gäste, die ab einer Buchung von zwei Übernachtungen sogar kostenlos teilnehmen“, kündigt Geschäftsführer Andreas Leitner an. *„Wir möchten damit auch unser eigenes Bemühen rund um das Thema Selbstmotivation bekräftigen und es zeigt sich, wie sehr uns Bewegung mit vitalen Gefühlen positiv beeinflusst und uns fit für ein langes gesundes Leben macht.“*

REDUCE

Hotel Thermal 4*S | Hotel Vital 4*S | Kurhotels

Am Kurplatz 2
7431 Bad Tatzmannsdorf
www.reduce.at

T +43 3353 8200
DW Thermal 50, Vital 60, Kurhotels 40

Volksbank Wien AG
IBAN AT27 4300 0400 3521 0109- BIC VBOEATWW
UID-Nr ATU 15674205- Firmenbuch-Nr FN119413H



INFORMATIONEN ZUM PROGRAMMABLAUF AM 22.06.2024 und 05.10.2024

Das Programm umfasst sowohl physische als auch mentale Komponenten, da vor allem die Motivation für ein erfolgreiches und nachhaltiges Training von großer Bedeutung ist.

Das „Good-Morning“ – Training ist eine ganzheitliche Muskelaktivierungsroutine, die darauf abzielt, Körper und Geist für den bevorstehenden Tag zu aktivieren und eine positive Einstellung zu fördern. Anschließend Reflexion und Nachbetreuung der Teilnehmer:innen.

Das vertiefende Vorsorge- und Gesundheitstraining liefert gezielte Übungen, die einfach in den Alltag integriert werden können, um langfristige Gesundheitsziele zu erreichen, gefolgt von einer anschließenden Reflexion und Nachbetreuung der Teilnehmer:innen.

E-Bike-Tour: Ausdauertraining in Kombination mit der Möglichkeit die Schönheit der Natur und idyllische Landschaft des Südburgenlandes zu genießen.

Das Abschlusstraining zielt auf die Kräftigung der Tiefenmuskulatur sowie auf Gleichgewichtsübungen ab. Hier werden vor allem stabilisierende Muskeln, die für eine gesunde Körperhaltung und Bewegungskoordination entscheidend sind, gestärkt. Anschließend Reflexion und Nachbetreuung der Teilnehmer:innen

Alle weiteren Informationen zum Programm finden Sie [hier](#).

ÜBER DAS REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

Mit Heilmoor, kohlenstoffhaltigem Heilwasser und Thermalwasser punktet das Resort österreichweit mit einem einzigartigen Gesundheitsangebot, das die Basis für ganzheitliche Behandlungs- und Entspannungsmöglichkeiten bildet. Die Wirkung der natürlichen Heilmittel auf die Gesundheit werden durch Zusatztherapien aus dem Bereich der physikalischen Medizin wie Massagen, Elektrotherapien und Bewegung, aber auch mit Angeboten für die mentale Gesundheit, Fitness und modernen Lebensstilanalysen ergänzt. Das Resort erstreckt sich über mehrere Hotels mit einem zentralen Therapiezentrum, das 2019 komplett modernisiert wurde. Zwei 4*Superior Thermenhotels bieten gesunde Auszeit im Rahmen individueller Urlaube mit „Grüner Haube-Kulinarik“ an. Zudem stehen vier Kurhotels für gesundheitsfördernde Aufenthalte im Sinne von Kur oder GVA (Gesundheitsvorsorge Aktiv) mit einem modularen Programm an Bewegung, Ernährung und mentaler Gesundheit zur Verfügung.

REDUCE

Hotel Thermal 4*S | Hotel Vital 4*S | Kurhotels

Am Kurplatz 2
7431 Bad Tatzmannsdorf
www.reduce.at

T +43 3353 8200
DW Thermal 50, Vital 60, Kurhotels 40

Volksbank Wien AG
IBAN AT27 4300 0400 3521 0109- BIC VBOEATWW
UID-Nr ATU 15674205- Firmenbuch-Nr FN119413H

PRESSEKONTAKT

REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf
Alexandra Klucsarits
Teamleiterin Marketing
marketing@reduce.at

FOTOS



Bildtext: Reinfried Herbst & Manfred Pranger begeistern mit ihrem Trainingsprogramm im REDUCE Gesundheitsresort
© Herbst & Pranger



Mag. Andreas Leitner, Geschäftsführer REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf
© Nicole Heiling

REDUCE

Hotel Thermal 4*S | Hotel Vital 4*S | Kurhotels

Am Kurplatz 2
7431 Bad Tatzmannsdorf
www.reduce.at

T +43 3353 8200
DW Thermal 50, Vital 60, Kurhotels 40

Volksbank Wien AG
IBAN AT27 4300 0400 3521 0109- BIC VBOEATWW
UID-Nr ATU 15674205- Firmenbuch-Nr FN119413H



Das optimale Ambiente zum Kräfte tanken im REDUCE Hotel Vital****S in Bad Tatzmannsdorf
© Pavel Laurencik

REDUCE

Hotel Thermal 4*S | Hotel Vital 4*S | Kurhotels

Am Kurplatz 2
7431 Bad Tatzmannsdorf
www.reduce.at

T +43 3353 8200
DW Thermal 50, Vital 60, Kurhotels 40

Volksbank Wien AG
IBAN AT27 4300 0400 3521 0109-BIC VBOEATWW
UID-Nr ATU 15674205-Firmenbuch-Nr FN119413H