



Mentalspezialist Gregor Rossmann, am Bild mit Chefkoch Hans Radl, hielt einen vielbeachteten Vortrag.

Foto: Ruckhofer

„Fit for Job – Fit for life“: Kunst der Lebensbalance

FOHNSDORF/KNITTELFELD. Die Bildungs- und Management-Service GmbH lud zum außergewöhnlichen Kunden-event in den Thalberghof.

Körperliche und geistige Fitness sind im beruflichen und privaten Alltag eine Grundvoraussetzung, um die immer größer werdenden Anforderungen bewältigen zu können.

Welche Möglichkeiten und Ideen es gibt, dies auch umzusetzen, wurde kürzlich über 50 begeisterten Besuchern in Theorie und Praxis geboten.

Die Bildungs- und Management-Service GmbH, ein Unternehmen des Schulungszentrums Fohnsdorf, hatte zu einem ganz besonderen Event in den Thalberghof bei Knittelfeld eingeladen.

Die Kunst der Lebensbalance
Gregor Rossmann, Gesundheits- und Mentalspezialist und einer der Top-Trainer Österreichs, gab einem exklusiven Publikum Einblicke in die hohe Kunst, in Lebensbalance zu sein.

„Bewegungsmangel, einseitige Ernährung und der immer größer werdende Leistungsdruck wirken sich negativ auf unsere Gesundheit aus. Mit täglichen Übungen zur Regeneration und Entspannung sowie mit regelmäßiger Bewegung kommt man zu mehr Gesundheit und mentaler Stär-

ke“, so der Erfolgstrainer, der in diesem Impulsvortrag Tipps für eine effektive körperliche und geistige Steigerung der Produktivität geben konnte.

Aber nicht nur theoretische Ansätze standen an diesem Abend im Mittelpunkt, so wurden mit den Besuchern auch aktive Übungen dazu durchgeführt.

Kulinarisch wurde dieser Abend von Hans Radl, Pächter des Thalberghofs, Kochtrainer und Kräuterpädagoge, begleitet, welcher das Publikum mit Schmankerln aus der Region und Spezialitäten der internationalen Küche begeisterte.

Zu derartigen Events lädt die Bildungs- und Management-Service GmbH regelmäßig Kunden ein, um einerseits die guten Kontakte zu pflegen, andererseits aber auch einen Beitrag zu Fitness und mehr Wohlbefinden zu leisten.

Die vielbeachtete Veranstaltung, die von Elke Steiner-Veit, Assistentin der bms-Geschäftsführung, moderiert wurde, war nach dem Shaolin-Mönch und Skyrunner Christian Stangl ein weiterer Höhepunkt im Bereich Kundenevents.

„Mit unseren Veranstaltungen bringen wir renommierte Vortragende und Trainer in die Region, um unseren Kunden ein breit gefächertes Spektrum an Information und Kommunikation zu bieten“, so Steiner-Veit.