

## Vitalitäts- und Fitnessarena in Bruck an der Mur

Am 12. Mai 2016 wurde in Bruck an der Mur im Park des Brucker Gesundheitszentrums eine Vitalitäts- und Fitnessarena mit playfit® outdoor-fitness Geräten eröffnet. Der sog. Vitalitätspark ist ein Teil des Leuchtturmprojekts „Lebenszentrum“ (Stadt Bruck an der Mur, 16. März 2015) und er verbindet das Reha-Zentrum gleichzeitig mit dem gesellschaftlichen Umfeld des Ortes. Bewegung, Fitness, Kommunikation und Lebensfreude stehen hier im Mittelpunkt. Die hochwertigen outdoor-fitness Geräte sind einfach zu bedienen und ermöglichen ein vielseitiges, ganzheitlich ausgerichtetes Training, basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und langjährigen praktischen Erfahrungen. Die attraktive Formgebung motiviert neben Sport treibenden Personen nicht nur die Bewohner und Mitarbeiter des Lebenszentrums sondern steht auch Passanten aller Art zum Training im Freien offen. Laut Bürgermeister Hans Straßegger soll der Vitalitätspark dazu beitragen „... die Stadt Bruck an der Mur ein Stück weiter als Wohlfühlstadt im Herzen der Steiermark zu etablieren“ (Kleine Zeitung, 13.5.2016).



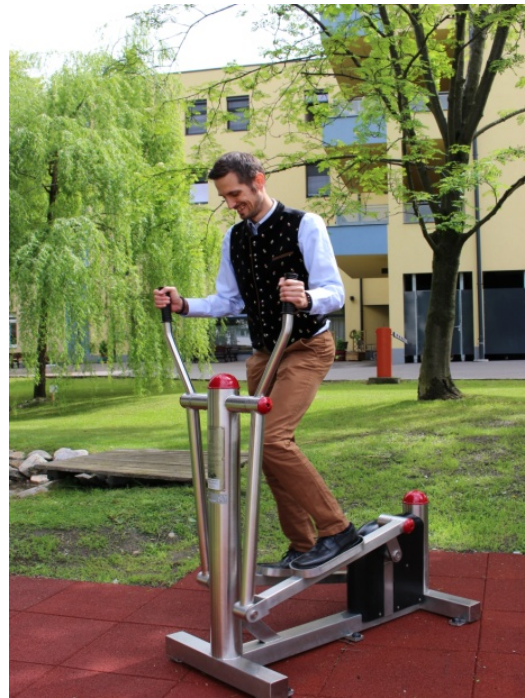
Bewegung an outdoor-fitness Geräten verwirklicht diesen Anspruch, denn Bewegung ist der Motor für Lebensfreude. Das Trainings-Spektrum der playfit® Geräte ist breitgefächert.



Von leichten Übungen bis zu einem leistungsorientierten Fitnessprogramm ist alles möglich. Somit fördert der Vitalitätspark die Begegnung unterschiedlicher Menschen und das gemeinsame Trainieren. „Patienten, die sich in Rehabilitation befinden, wie auch Spaziergänger und Sportler ..., sollen sich hier treffen und gemeinsam Übungen absolvieren.“ (Kleine Zeitung, 13.5.16). Zu einer erfolgreichen Therapie gehört auch die Reintegration in die Gesellschaft. Der Austausch zwischen Gesunden und Kranken ist hier wichtig zur Förderung der gesundheitlichen Prävention. „Die Anlage ist in dieser Form einzigartig und dient auch als therapeutische Einrichtung“, so Mag. Michael Löscher (Sportwissenschaftlicher Leiter der Runnersfun Consulting GmbH), „die Stadt Bruck an der Mur setzt damit neue Maßstäbe und vereint Rehabilitation mit dem Bereich der Prävention.“

Diese Art von Bewegungskonzepten baut Brücken zwischen Menschen und bringt selbst Bewegungsarme wieder in Schwung. Bewegung bringt „Erfolgs-erlebnisse“ (Löscher) und lässt sich steigern.

„Jeder will gesund und fit alt werden. Ich vermute, hier steht die erste derartige Sportanlage Österreichs, wo wirklich jeder therapeutische Übungen öffentlich machen kann“, sagt Erich Mayr (Geschäftsführer der Runnersfun Consulting GmbH), der an der Entwicklung der Vitalitäts- und Fitnessarena mitwirkte. "Jeder Interessierte hat nun die Möglichkeit, anhand der ausgestellten Schautafeln, die Geräte zu benutzen und daran und damit zu trainieren. Das Angebot hat einen niederschweligen Anspruch. Mit der Zeit kann man die Übungen intensivieren und sich selbst steigern", so Erich Mayr.



Maßgeblich am Projekt beteiligt war auch die Gesundheitsreferentin Silvia Wolfsteiner, die am Eröffnungstag laut „Kleine Zeitung“ schon gleich selbst die ersten Übungen an den playfit® Geräten ausführte.

**Kontakt:**

playfit GmbH  
 Brauerknechtgraben 53  
 20459 Hamburg  
 Telefon + 49 (0)40 3750 3519  
 eMail: [info@playfit.eu](mailto:info@playfit.eu)  
[www.playfit.de](http://www.playfit.de)

