

## Fitness, Genuss und Therapie

Das move Thalheim ist das Bewegungs-, Gesundheits- und Sportzentrum

Im Oktober 2009 wurde die ehemalige Tennis-Freizeitanlage in Thalheim vom Unternehmer Christian Freundlinger übernommen und gemeinsam mit der Marktgemeinde zu einem Sport- und Gesundheitszentrum der Superlative umgebaut. Am 4. November feiert der Sport- und Gesundheitstempel seine offizielle Eröffnung.



Das sanierte Gebäude ist nicht nur optisch top, sondern auch in Sachen Energieeffizienz europaweit Vorreiter.

### Medizinisches Fitnessstraining

#### Betreuung durch kompetentes Team

- Sportmediziner
- SportwissenschaftlerInnen
- Physiotherapeuten
- staatl.geprüfte/r FitnesstrainerInnen

#### Modernste Geräteausstattung

- Technogym
- EDV gestützte Trainingssteuerung



### Leistungsangebot

- Präventives Training
- Rehabilitatives Training
- Medizinisches Training
- Fitnessstraining

[www.medifit.at](http://www.medifit.at)

[thalheim@medifit.at](mailto:thalheim@medifit.at)



The Wellness Company™

mediFIT Thalheim  
Poeschlstr. 2, 4600 Thalheim  
Tel.: 07242/58127-20  
[thalheim@medifit.at](mailto:thalheim@medifit.at)

PKA Private Krankenanstalt Wels  
Betriebs-Ges.m.H



# Der Schlüssel zur Ausgeglichenheit

Im move-Thalheim finden Sie Ihre individuelle Balance von Körper, Seele und Geist

Das move-Thalheim ist mehr als nur ein Tennis- und Fitnesscenter. Das Team rund um Christian Freundlinger hat ein innovatives Konzept entwickelt, das allen Ansprüchen im Gesundheits- und Sportbereich entspricht.

Das Fitnessangebot geht von Beachvolleyball über Tennis, bis zu Tanz und Qi Gong. Im Bereich Therapie werden Leistungen von medizinischer Fitness im mediFIT über Physiotherapie bis zur Ernährungsberatung angeboten. Der Genussbereich geht von Massagen bis zur mediterranen Kulinarik im Balance. Durch das breitgefächerte Angebot ist ein Freizeittreff für alle Generationen entstanden.

## move-Thalheim bringt alles unter ein Dach

Die ehemalige Tennis- und Freizeitanlage in Thalheim wurde komplett saniert. Enstanden ist ein modernes, optisch schönes und sehr energieeffizientes Gebäude, das alle Bereiche rund um Gesundheit und Sport unter ein Dach bringt.

Die Lüftungs- und Klimaanlage des Gebäudes ist europaweit einzigartig. Damit ist die Lüftungs- und Klimafirma Freundlinger die erste, die mit dem energieeffizienten Prototyp

Foto: move-Thalheim



**Geschäftsführer Christian Freundlinger** mit seinen Officemitarbeiterinnen vor dem move-Thalheim.

eine EU-Förderungerlangte. Beim Bau und zur Instandhaltung des Gebäudes sind viele heimische Firmen, wie die Firma Felbermayr aus Wels mit den Bauarbeiten, die Firma LSD aus Fischlham mit der Innenarchitektur, die Elektrizitätswerke Wels AG mit den gesamten Elektroinstallationen und die Firma Schober aus Thalheim mit den Fenster- und Türenlieferungen beteiligt.

Das formschöne Gebäude bietet in der 4-Platz Tennishalle im Veranstaltungsbereich bis zu 800 Menschen Platz, mehrere Kursräume (nutzbar für Kurse, Seminare, Vorträge, Konferenzen, usw.), Therapieräume, für das

mediFIT im Obergeschoss, dem Lokal Balance samt Wintergarten und herrlicher Terrasse, einem Kinderspielerbereich und einem Wilson Pro Shop.

Im gepflegten Außenbereich findet man unter anderem einen Beachvolleyball-Platz, Outdoor-Tennisplätze und bald auch einen Outdoor-Kinderbereich.

## Eröffnungsfeier mit Toni Innauer und Thomas Muster

Der neu gestaltete Gesundheits- und Sporttempel wird am 4. November offiziell eröffnet. Ehrengäste sind Thomas Muster und Toni Innauer, der neben einem Vortrag rund um sein kürzlich erschienen Buch auch in einer Podiumsdiskussion mit dabei ist. Das Thema BGF (betriebliche Gesundheitsförderung) und die Möglichkeit der Umsetzung in der Plattform „move-Thalheim“ werden durch Fachvorträge dem Publikum näher gebracht. Anmeldungen unter der E-Mail-Adresse [office@move-thalheim.at](mailto:office@move-thalheim.at) oder per Telefon unter 07242/56127.

Völlig neu ist die Möglichkeit zur Umsetzung der betrieblichen Gesundheitsförderung. Das move-Thalheim erstellt in Zusammenarbeit mit mediFIT ein individuelles Konzept für

## > Homepage

### Neuer Internetauftritt

Seit 17. September finden Sie unter [www.move-thalheim.at](http://www.move-thalheim.at) die völlig neu gestaltete Homepage des Sport- und Gesundheitszentrums. Hier können Sie sich einfach und schnell einen Überblick über alle Angebote des move-Thalheim verschaffen. Klicken Sie rein und bleiben Sie in Bewegung - für Ihre Gesundheit.

### Top-Eröffnungsbonus

Allen Neukunden, die eine neue move-Card aufladen, schenkt das move-Thalheim die move-Card im Wert von fünf Euro. Zusätzlich werden weitere fünf Euro Bonus gratis auf die Card geladen. Dieses Guthaben kann in allen Bereichen von move-Thalheim genutzt werden. Aktion gültig bis 31. Oktober 2010 und bei einem Mindestaufladewert von zehn Euro.

Ihr Unternehmen und die Fitness Ihrer Mitarbeiter. Wer fit ist, ist auch gesünder und hat dadurch mehr Spaß am Leben und ist leistungsfähiger, in der Freizeit wie auch im Beruf. Vor Erstellung des Konzepts wird der Arbeitsplatz oder der Arbeitsprozess unter die Lupe genommen und die betriebliche Gesundheitsförderung im Sinne von Betriebssport oder physiotherapeutischen Maßnahmen individuell abgestimmt.

### Betriebssporttage für Betriebe aller Art

Auch Betriebssporttage organisiert und wickelt move-Thalheim für Betriebe aller Art ab. Die Kombination **V e r a n s t a l t u n g s r a u m**, Sportcenter, professionelles Personal und eigenes Catering aus einer Hand macht das move-Thalheim einzigartig und ideal für Veranstaltungen im Sport-, Gesundheits- und Ernährungsbereich.



**Gesundheits- und Fitnessoase** move-Thalheim.

Foto: [www.bildwerk.at](http://www.bildwerk.at)

# Unsere Energie - immer für Sie da!

[www.eww.at](http://www.eww.at) • [www.welsstrom.at](http://www.welsstrom.at)



Saubere und sichere  
Stromversorgung



Planung und Ausführung von  
Elektro-, Sanitär-, Heizungs- und  
Solaranlagen



Gas, Wasser, Fernwärme, Kanal,  
Telefonie und Internet



Reparatur und Service von  
Elektrogeräten



**E-Werk Wels**



**Wels Strom**

# Keep in motion mit dem move-Thalheim

Bleiben Sie in Bewegung - Ihre Gesundheit wird es Ihnen danken

Keep in motion - das ist die Philosophie des move Thalheim. Ziel ist, Bewegung, Gesundheit und Genuss in ein natürliches Gleichgewicht zu bringen.

Wenn es darum geht, den Weg zur Gesundheit wieder zu finden, sind Sie beim vielfältigen Programm des move-Thalheim in der Pöschlstraße genau an der

„Wer sich keine Zeit für Prävention nimmt, muss sich Zeit für Krankheiten nehmen.“

CHRISTIAN FREUNDLINGER



richtigen Adresse.

Die umfangreichen Möglichkeiten im Indoor- und Outdoorbereich machen ein ausgewogenes Fitness- und Gesundheitsprogramm zum abwechslungsreichen Wohlfühl-

Erlebnis. Im Programm ist für jeden etwas dabei: Ob Trendsportarten für Jugendliche, Plattformen für Leistungs- und

„Training als Medikament des 21. Jahrhunderts.“

NORBERT MÜRZL, MEDIFIT



Spitzensport, therapeutische Begleitung, betriebliche Gesundheitsförderung oder Einzeltrainings mit Privat Coaching. Hier kann jeder seine individuelle Balance von Körper, Geist und Seele finden. Ob alleine, zu zweit, mit Freunden, Familie oder als Betrieb, das move-Thalheim lädt Sie herzlich ein, mit dem professionellen Team ausgeglichen in Bewegung zu bleiben.

Mehr Informationen finden Sie auf der Homepage unter [www.move-thalheim.at](http://www.move-thalheim.at).

## > Angebote

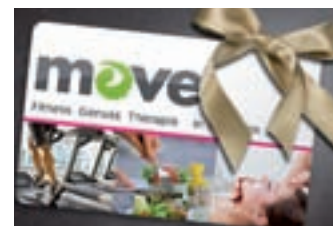
### Fitness, Genuss und Therapie

**Fitness:** Medizinische Fitness, alles rund um Tennis, Beachtennis, Spinning, Beachvolleyball, Wirbelsäulengymnastik, Tanz, Powergymnastik, Qi Gong, Nordic Walking, Ninja Kids Englisch, Yoga, Pilates, Kung Fu Jugend und Erwachsene, Aerobic, etc.

**Genuss:** Gastronomie, Catering, Wilson Pro Shop, Ballonsport, Vorträge, Seminare, Events, Turniere, Kinderspielbereiche, Ferienprogramme für Kids und Jugend, Massagen aller Art

**Therapie:** mediFIT, Physiotherapie, Taji-Quan, APM nach Penzel, Ernährungsberatung, Sportmassage, Klassische Massage, etc.

Setzen Sie auf eine Karte - die move-Card



move-Card Business oder privat.

Foto: move-Thalheim

Die move-Card eröffnet uneingeschränkten Zugang zum integrativen Angebot des move-Thalheim. Die move-Card ist Ihr persönlicher Schlüssel zu mehr Ausgeglichenheit durch mehr Bewegung, Gesundheit und Genuss. Auf die Chipkarte können Punkte oder ein Geldbetrag gespeichert werden. So haben Sie die Möglichkeit Ihren Lieben mit einem Gutschein Gesundheit zu schenken. Bei Besitz einer move-Card genießen Sie automatisch fünf Prozent Rabatt auf den gesamten Genussbereich.

# Gesund durch optimale Bewegung

Individuelles Training mit medizinischer Betreuung gibt's nur im mediFIT Thalheim

## > 10-Schritte-Programm

### Das mediFIT Trainingsservice

1. Sportmedizinische Untersuchung
2. Maximalkraft-Test
3. Trainingsplanerstellung und -steuerung
4. Programmierung des Trainingsplanes auf Ihren persönlichen Trainingsschlüssel, computerunterstützte Trainingssteuerung und Kontrolle
5. Krafttraining
6. Herz-Kreislauftraining
7. Medizinische Trainingstherapie
8. Re-Check (alle 4 Monate)
9. Präventives und rehabilitatives Training
10. Betreuung durch Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten und staatlich geprüfte Trainer

mediFIT ist eine Abkürzung für medizinisches Fitness- und Trainingszentrum und bietet individuelles Training unter medizinischer Betreuung durch kompetentes Personal an.

Das mediFIT bietet als Partner von move-Thalheim ein Fitness- und Gesundheitstraining der besonderen Art.

Die medizinische Betreuung, kombiniert mit einem Fitness-Aspekt, ist optimal geeignet, vielen bekannten Krankheitsbildern vorzubeugen. Eine sportmedizinische Untersuchung zu Beginn des Trainings ist die Basis, an der sich das gesamte Trainingsprogramm orientiert. Ines Bauer leitet das mediFIT Thalheim. Das laufende Training wird von ihr und ihren Mitarbeitern stetig kontrolliert und gesteuert. Das mediFIT-Team



Individuelles Training zur Steigerung Ihrer Gesundheit. Foto: move-Thalheim

besteht aus Sportmedizinern, Sportwissenschaftlern und staatlich geprüften Trainern. Regelmäßiges Ausdauer- und Krafttraining steigert das Wohlbefinden und trägt zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit bei. Damit werden die Kunden auf dem Weg zu mehr Vitalität und Gesundheit, zur Leistungssteigerung oder zur Gewichtsreduktion begleitet und unterstützt. Mehr unter [www.medifit.at](http://www.medifit.at)



**EUROPA TREUHAND**  
Wirtschaftsprüfung | Steuerberatung  
www.europatreuhand.at

**kraft in bewegung.**



Felbermayr Bau GmbH & Co KG - Bereich Tiefbau  
Machstraße 7 - 4600 Wels - Tel.: 07242 895-155  
E-Mail: wels-baubetrieb@felbermayr.cc



**FELBERMAYR**  
www.felbermayr.cc

**L.S.D.**

gastronomiekonzepte  
linschinger & stieglmayr design gmbh  
stiftsfeld 10 4652 fischlham | austria  
t +43 | 7241 | 2103 f | -6 m +43 | 654 | 1319174  
www.lsd.co.at office@lsd.co.at



**Sicher.  
Verlässlich.  
Nahe.**



**Raiffeisenbank**  
www.rsb.at



**Bäckerei Rohrer**  
Böhrndl L. A-4627 Surribronn  
Tel: 07246 6286  
Fax: 07246 6286 6  
Mo - Mi: 7:30 - 18:30  
Do - Sa: 7:00 - 18:00  
So: 8:00 - 12:00  
bakerei@rohrer.at



IPM Schober Fenster GmbH  
**Fensterlösungen für Profis**



www.ipm-schober.com



4602 Wels/Thalheim, A-4602 Wels

# So entstand das move-Thalheim

Den Gesamtbau des move-Thalheim hat mit absoluter Termintreue und ausgezeichneter Qualität die Firma Felbermayr Bau (www.felbermayr.cc) umgesetzt.

Für die Top-Isolierfenster und Türen im Gebäude zeichnete sich das renommierte Thalheimer Unternehmen Firma IPM Schober Fenster (www.ipm-schober.com) aus. Die gesamte

Gastroeinrichtung von der Idee über die Konzeption und Inszenierung sowie die Detailplanung und Projektentwicklung wurden von der Firma LSD Gastronomiekonzepte Fischlham/OÖ in bekannter Top-Qualität durchgeführt.

Die Elektrizitätswerke Wels AG (www.eww.at) sind in vielen Bereichen durch deren bekannte Qualität hervorstechend: Elektro-

installation, Internet, Voice over IP, Exchangedienste, Datensicherung über deren Housingräume, EDV-Strukturierung, Daten-Fax, Satellitenanlage, Strom- und Gaslieferungen. Also alle Kernbereiche und Stärken dieses häufig ausgezeichneten Welsener Unternehmens wurden hier umgesetzt. Die Raiffeisenbank Wels Süd zeichnet sich durch

flexible und kundenorientierte Lösungen rund um Finanzierungen und Unterstützung im Förderungsthemenbereich aus.

Ein verlässlicher Partner in Zeiten wie diesen. Bei der Konzept- und Businessplanerstellung sowie der Kostenrechnung und Budgetplanung halfen die Profis der Europatreuhand Wels als Wirtschaftsberatungskanzlei mit, dieses Projekt zu realisieren.

# Balance - das Lokal im move-Thalheim

Kulinarische Köstlichkeiten aus der Region ergänzen das Sportangebot

Balance - der Name des Lokals stammt nicht von ungefähr. Die Ausgewogenheit der Küche steht in Einklang mit dem Gesundheitsgedanken des gesamten move-Thalheim.

Denn hier wird alles frisch gekocht. Die Speisenauswahl ist saisonal unterschiedlich und hat einen leicht mediterranen Flair. Kredenzt wird im Balance, was gesund ist und den Körper stärkt. Als optimale Ergänzung zu einem bewegungsorientierten Sportprogramm kochen Gastrochef Walter Grünseis und Michael Jugl die gesundheitsbewusst und ausgeglichen. Neben guten und frischen Zutaten, gehört nun einmal auch ein wenig Kreativität dazu, die Balance zu finden. Nicht zuletzt lädt das schöne Ambiente des Lokals zum Essen, Trinken und Plaudern ein.



Gastrochef Walter Grünseis und Michael Jugl.

Foto: BRS



Leckeres in Eigenproduktion.

## Veranstaltungen und In-House-Catering im move-Thalheim

Das frisch zubereitete Catering kann für jeden individuellen Anlass für bis zu 100 Personen im gesamten Areal des move Thalheim bestellt werden. Alle Multifunktionsräume, das gesamte Lokal inklusive der Terrassen, sowie die Tennishalle können für Festlichkeiten wie Geburtstage, Firmenfeiern, Kurse oder Vorträge genutzt werden. Das passende Catering liefern Ihnen Balance-Gastroleiter Walter Grünseis und Koch Michael Jugl.

# CACU compact air conditioning unit



- Klima & Wärmepumpenbetrieb mit Invertertechnologie
- Hochwirksame Wärmerückgewinnung (rekuperativ) im Basisbetrieb
- Kühlbetrieb mit Invertertechnologie
- Regelungsoptimierung und vollautomatische Betriebsführung
- Fernwartung und Fernüberwachung über GSM / Internet
- Photovoltaikanlage integriert für die Basic-Betriebsführung bei ausreichenden Lichtverhältnissen (Energieautarker Betrieb)
- kompakte Geräteeinheit mit integrierter MSR, WP, WRG, Klima, Schalldämmung, usw. daher mobil und wiederverwendbar
- „all in one“: daher geringere Nebenkosten: wegfall eines Grossteils der Elektriker- und Installateuraufwände da bereits im Gerät integriert



Das Projekt „CACU - compact air conditioning unit“ wurde aus Mitteln des Europäischen Fonds für Regionale Entwicklung (EFRE) sowie aus Landesmitteln gefördert.



Wir haben das Klima im Griff.

**FREUNDLINGER**  
Luft + Klima