

PRESSEINFORMATION



Der Flughafen Graz wird noch fitter!

Die Aktion „Die Steiermark bewegen“ des Gesundheitsressorts der Steiermärkischen Landesregierung macht in dieser Woche auf dem Flughafen Graz Halt

Feldkirchen, 24.11.2006 Zwei Tage lang macht der Fitness Check Point der Aktion „Die Steiermark bewegen“ am Flughafen Graz Station und bietet den Flughafenmitarbeitern Körperfettmessung, Wirbelsäulenscreening, Stresstest sowie eine Ernährungsberatung an.

„Ich weiß aus eigener Erfahrung um die Bedeutung von Bewegung und Gesundheitssport als Ausgleich zu einer meist unbewegten Arbeitswelt“ erklärt **Gesundheitslandesrat Mag. Helmut Hirt**. „Der Fitness Check Point, der gesundheitsorientierten Firmen kostenlos zur Verfügung gestellt wird, soll beim Einstieg in ein `bewegteres` Leben helfen“.

Für den Flughafen Graz ist der Fitness Check Point eine weitere gute Möglichkeit die Gesundheit der MitarbeiterInnen zu unterstützen. „Die Gesundheit, ob Ernährung oder Bewegung, ist bei uns ein ständiges Thema. Wir haben z.B. seit vielen Jahren einen sehr aktiven Sportverein“, informiert **Mag. Gerhard Widmann**, Geschäftsführer des Flughafen Graz. „Der Fitness Check Point ist eine sehr gute Möglichkeit für unsere Mitarbeiterinnen sich über ihren aktuellen körperlichen Zustand zu informieren und sich Tipps für dessen Verbesserung zu holen!“

Der Fitness Check Point, ein Produkt der `Golda – Consulting für Sport & Gesundheit`, der von einem kompetenten Team von Sport- und Ernährungswissenschaftlern betreut wird, gibt Hilfestellungen und vermittelt Spaß an der Bewegung und einem gesunden Lebensstil.

„Menschen zur Gesundheit führen sehe ich als meine Aufgabe. Dabei sind mir alltägliche Rituale genauso wichtig wie der 3malige Gesundheitssport pro Woche“ erklärt **Mag. Manuel Golda**, Geschäftsführer von Golda Consulting für Sport & Gesundheit.

Foto: © Sünkel/Flughafen Graz: Mag. Manuel Golda, Gesundheitslandesrat Mag. Helmut Hirt und Mag Gerhard Widmann, Geschäftsführer des Flughafen Graz (v.li.n.re.)

