

# FITNESS NEWS

ÖSTERREICHS FITNESS JOURNAL

Dezember/Jänner 6/2015 € 4,-

**FIBO 2016**  
**KÖLN**  
**7. – 10. APRIL**



**MÄNNER-  
SPRECH-  
STUNDE**  
Frauen in der  
Formel 1

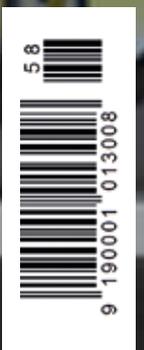


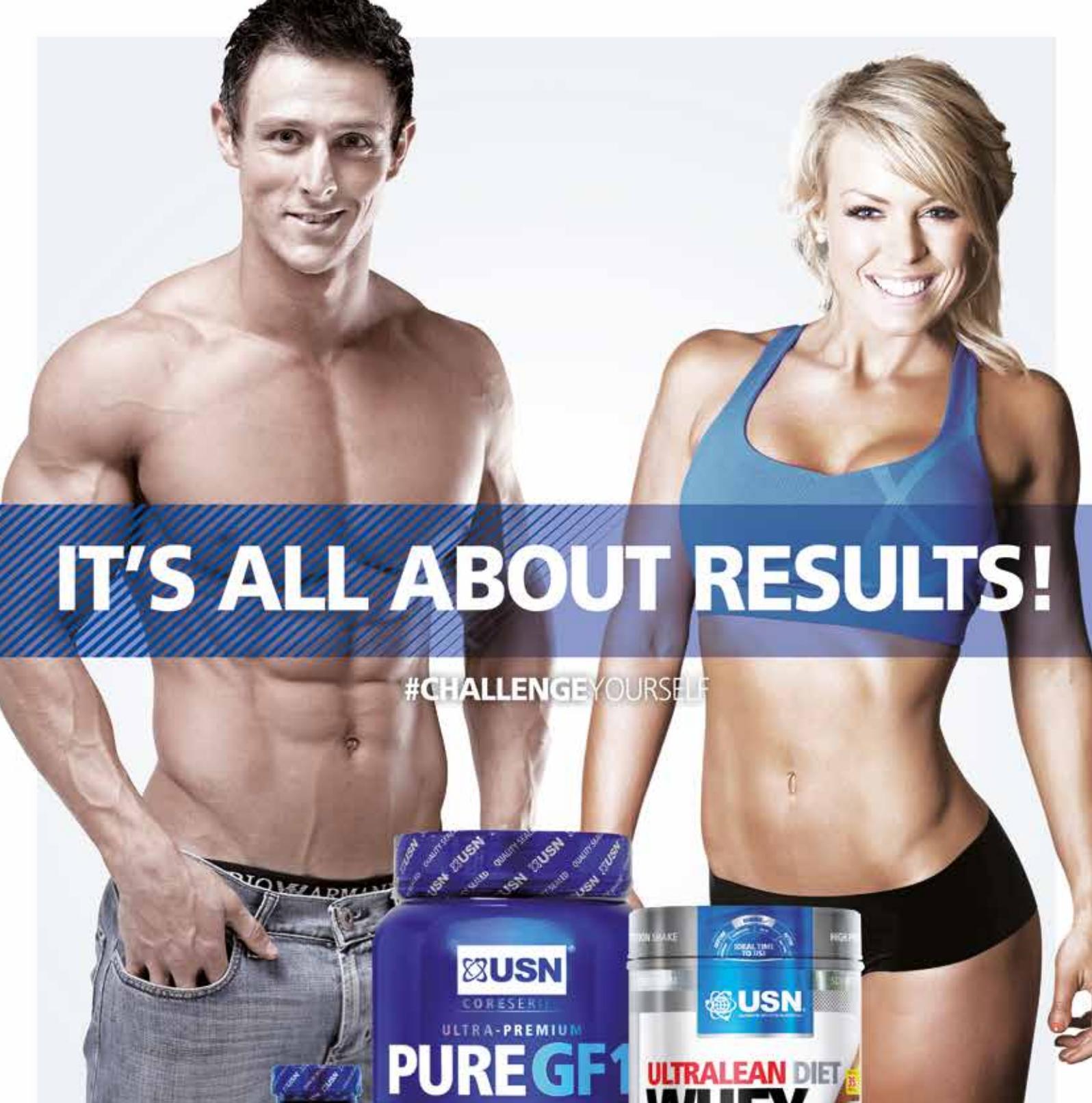
**STARKE  
PARTNERSCHAFT  
MIT ÖSV**

**NEUE  
INTERNET-  
PLATTFORM**  
[www.EMS-Training.de](http://www.EMS-Training.de)

**THE FITNESS  
COMPANY**

**offizieller Ausrüster des Skiverbandes**





# IT'S ALL ABOUT RESULTS!

#CHALLENGEYOURSELF

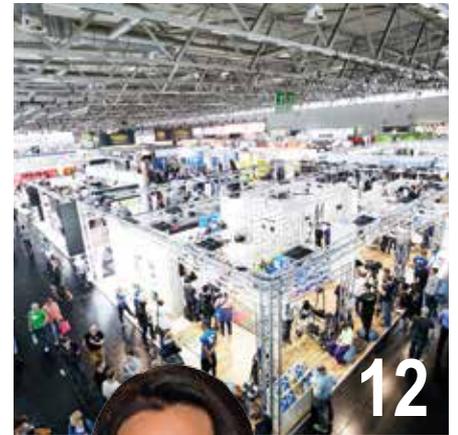


**USN**  
AUSTRIA

KLETZLGUTWEG 6 | +43 6245 81 3 24  
A - 5400 HALLEIN | INFO@USNONLINE.AT  
f USN AUSTRIA

[WWW.USNONLINE.AT](http://WWW.USNONLINE.AT)

FITNESSCLUB SHOPKONZEPTE | USN HÄNDLER WERDEN



**4 Fitinsider**  
News & People

**8 TECHNOGYM**  
Offizieller Ausrüster des ÖSV

**12 Die FIBO 2016**  
7. – 10. April Messe Köln

**14 www.EMS-Training.de**  
Neue Internetplattform

**16 PURFIT**  
Franchise System mit  
Erfolgsgarantie

**18 Fitness . Models & More**  
Im Casino Linz

**24 Steuerreform**  
Auswirkungen für Fitnessstudios

**28 Fit Your Body**  
Messereport

**36 Studiotipp**  
Bodyfit Center Wels

**38 RUHA-Stelmüller**  
Ihr Wellnesspartner

**40 Oxana Zelinski**  
Wettkampfrückblick

**42 Dr. Georg Pfau**  
Die Männersprechstunde

**IMPRESSUM** Herausgeber und Verleger FITNESSNEWS Papula KG 4048 Puchenau Mittelpromenade 83 Telefon 0650/2436389 Fax 0732/223294 UID-Nr ATU60827626 e-mail office@fitnessnews.at Chefredakteur Pia Papula Ständige Mitarbeiter Herbert Somplatzki Dr. Georg Pfau Erika Papula Oxana Zelinski Peter Lopar Fotografie Hans Kühnl Grafik & Design Creafit Linz Print & Onlinewerbung 0650/2436389 Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird nicht gehaftet. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Die nächste FITNESSNEWS Ausgabe erscheint am 2. Februar 2016

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

## Superstarke Leistung

Pascal Wehrlein holte sich vor 135.000 Zuschauern beim Finale am Hockenheimring in seinem „gooix Mercedes – AMG C 63 DTM“ den Gesamtsieg in der heurigen DTM. Damit krönte er sich an seinem 21. Geburtstag zum bisher jüngsten DTM-Champ. Groß war die Freude natürlich auch gooix-Eigentümer Michael Stadelmann, der mit zahlreichen Gästen und Pascal Wehrlein diesen Titel feierte. Der sympathische Deutsche ist seit 2014 auch Testimonial für die österreichische Lifestyle-Uhren- und Schmuckmarke „gooix“ und macht auch dabei eine gute Figur.



## Follow auf Erfolgskurs

Seit 1 ½ Jahren kümmert sich David Holzer in Leonding mit seinem Follow um die Fitness und das Wohlbefinden seiner zufriedenen Kundinnen und Kunden. „Um bei uns zu beginnen, ist es nicht notwendig, dass man bereits sportliche Erfahrung gesammelt hat“, so der 33-jährige Fitnessexperte. Mit einem individuell auf jeden Kunden abgestimmten Training lassen sich bestmögliche Erfolge erzielen. Dabei genügt es schon 1 – 2 Mal pro Woche das Training zu absolvieren. Auch Model Tatjana Catic ist vom Follow-Workout begeistert, mit dem sie in lediglich 30 Minuten ihre Top Figur in Form hält. Im Frühling 2016 wird in der Lentia-City in Linz/Urfahr das 2. Follow eröffnet.



## Wachstumschampion 2016

Die miha bodytec GmbH ist lt. aktueller Ausgabe von FOCUS SPEZIAL eines der 500 wachstumsstärksten Unternehmen in Deutschland. Im gemeinsamen Ranking „Wachstumschampions 2016“ des Nachrichtenmagazins FOCUS und des Statistik-Portals Statista landet das Unternehmen aus Gersthofen auf Rang 22 in der Kategorie Elektronik-, Elektro- und Medizintechnik. Ausgezeichnet wurden dabei eigenständige Firmen, die zwischen 2011 und 2014 das größte Umsatzwachstum aufwiesen. Mit dem aktuellen Ranking sollen Leistungen der ausgezeichneten Unternehmen gewürdigt werden, da sie Wirtschaft und Gesellschaft neue Impulse geben und neue Arbeitsplätze schaffen. Zudem wirken Sie als Innovatoren und sichern damit langfris-

tig den Standort Deutschland. miha bodytec ist DER Premium Hersteller, der Ganzkörper-Elektrostimulation oder auch kurz EMS-Training, der sich sehr erfolgreich auf dem Fitness Markt platziert hat und stets mit unendlichem Know-how und Leidenschaft weiterentwickelt. Das Unternehmen hat den Markt an den Punkt gebracht, wo er heute steht und bietet jedem gewerblichem Anbieter von EMS-Training ein umfassendes Leistungspaket das hilft, erfolgreich zu sein und sich im Zukunftsmarkt "EMS" zu positionieren. miha bodytec ist zwischenzeitlich in über 30 Ländern vertreten und expandiert dynamisch. Das EMS Training mit miha bodytec ist Garant für außergewöhnliche, schnell sicht- und spürbare Ergebnisse. Das trifft den Zeitgeist!

 **NATURALPOWER®**

*Nahrungsergänzung die wirkt*

# PROTEINS



**FIT PROTEIN**

4 Komponenten-Protein mit Carnitin

**SYSTEM 80**

Hochwertiges 5 Komponenten-Protein

**SOJA FIT**

Veganes & lactosefreies Protein



Infos zu den Produkten auf [www.naturalpower.at](http://www.naturalpower.at)

# www.EMS-Training.de

Seit dem 9. September 2015 gibt es die neue Internetplattform [www.EMS-Training.de](http://www.EMS-Training.de). Die Seite vereint alle relevanten Informationen rund um das Thema EMS und die entsprechenden Trainingseinrichtungen in Deutschland und Österreich. Interessenten können sich hier ausführlich über EMS-Training informieren und dank Locationfinder mit entsprechenden Bewertungen auch direkt den passenden Anbieter aussuchen.

## Die optimale Ergänzung

Zwei starke Partner sind zusammengekommen und ergänzen sich optimal. Zum einen der Geschäftsmann Deniz Aytekin, der DFB-, FIFA- und Elite UEFA-Schiedsrichter ist. Er unterhält schon seit Jahren sehr erfolgreich die Internetplattformen [www.anwalt.de](http://www.anwalt.de) und [www.fitnessmarkt.de](http://www.fitnessmarkt.de). Sein Know-how im Bereich der Vermarktung von Internetdiensten und der Steuerung von Suchverhalten im Web ist brillant. Mit ins Boot kam der Marktführer der EMS-Trainingsgeräte miha bo-

dytec. miha bodytec begrüßte und forcierte die Idee einer Informationsplattform rund um das Thema EMS Training.

„Das Suchverhalten nach EMS-Training im Internet steigt stetig. Bisher fehlt dem EMS-Markt eine zentrale Internetseite auf der Trainierende und vor allem auch Neuinteressierte alle wichtigen Informationen zum Thema EMS und zu den Trainingsanbietern finden können“ erklärt uns Deniz Aytekin. Das Ziel ist die Steigerung der Bekanntheit der einzelnen EMS Anbieter und die Generierung von neuen Trainierenden. Auf [EMS-Training.de](http://EMS-Training.de) können sich alle Anbieter präsentieren.

## Facettenreiche Struktur

Das Informationsangebot von [EMS-Training.de](http://EMS-Training.de) ist breit gefächert. Die „Studiosuche“ ist ein wesentlicher Bestandteil der Webseite. Mittels



**miha**bodytec in Kooperation mit

# EMS-Training.de

Der innovative Weg zu Fitness & Gesundheit

PLZ Eingrenzung und einer Karte, kann sich der Suchende alle gelisteten EMS-Studios in seinem Umfeld herausfiltern. Studioanbieter präsentieren sich mit einem umfassenden Studioprofil. Trainierende wiederum können ihr persönliches Studio bewerten und ihre Eindrücke und Erfahrungen posten. Experten aus den unterschiedlichsten Branchen, die Erfahrungswerte zum Thema EMS-Training beisteuern möchten, veröffentlichen ihre wissenswerten Ausführungen in der Kategorie „Expertentipps“.

#### Angebotene Leistungspakete

Betreiber eines EMS-Studios können sich auf EMS-Training.de in verschiedenen Größenordnungen präsentieren. Angeboten werden drei Leistungspakete: Das Basis-Paket für 49€ / Monat, das Premium-Paket für 79€ / Monat

und das VIP-Paket für 99€ / Monat. Die Vereinbarung zwischen Studio-betreiber und EMS-Training.de wird für 12 oder 24 Monate geschlossen. Als zusätzlichen Anreiz für das 24 monatige Arrangement lockt EMS-Training.de mit Gratismonaten in Form einer längeren kostenfreien Einstellzeit. Schon das Basis-Paket bietet dem Betreiber eine sehr gute Präsentation seiner Trainingseinrichtung. Je hochwertiger das gebuchte Paket ist, desto umfangreicher kann die Selbstdarstellung werden und die Platzierung auf der Trefferliste steigt an bis zu einer Top-Position oder gar einer Präsenz auf der Startseite. Bei der Profilerstellung findet der Studiobetreiber versierte Unterstützung durch das EMS-Training.de Team.

#### miha bodytec unterstützt seine Partner

Am 12. September startete die aktive Vermarktung von „ems-training.de“. miha bodytec unterstützt die-

ses Vorhaben als Hauptsponsor und Werbepartner. Im Rahmen dieser Partnerschaft erhalten miha bodytec Neu- und Bestandskunden den Basis-Eintrag auf „ems-training.de“ für 24 Monate kostenfrei!

#### Deniz Aytekin – der Profi

Deniz Aytekin ist der optimale Partner für dieses Projekt. [www.anwalt.de](http://www.anwalt.de) war vor elf Jahren die erste Internetplattform des Unternehmers. Er ist Gründer und Gesellschafter, hat sich jüngst aus dem operativen Geschäft zurückgezogen und hält seinen Sitz im Aufsichtsrat. [anwalt.de](http://anwalt.de) ist das führende Anwaltsverzeichnis in Deutschland.

Aytekin etablierte vor zwei Jahren [fitnessmarkt.de](http://fitnessmarkt.de). Dieses Webportal hat sich in den letzten zwei Jahren in der Fitness Branche einen unentbehrlichen Platz erobert und ist der größte Marktplatz von gebrauchtem Fitness Equipment und Therapiegeräten.

„Wir werden den EMS-Markt in Deutschland und Österreich voranbringen und der Branche mit „ems-training.de“ einen starken Marketingauftritt zur Steigerung der Bekanntheit ermöglichen“ bestätigt Deniz Aytekin überzeugt.

[www.EMS-Training.de](http://www.EMS-Training.de)

#### info

##### Deniz Aytekin,

**Gründer von EMS-Training.de**  
Aytekin ist in Nürnberg geboren und Jahrgang 1978. Seit 2004 ist er DFB-Schiedsrichter und gehört seit 2014 zur Elite Truppe der UEFA-Schiedsrichter. Der

Betriebswirt unterhält seit über 11 Jahren das Webportal [www.anwalt.de](http://www.anwalt.de) welches der absolute Marktführer für Rechtsratsuchende und Anwälte ist. Vor zwei Jahren kam [www.fitnessmarkt.de](http://www.fitnessmarkt.de) dazu und seit dem 9. September nun [www.EMS-Training.de](http://www.EMS-Training.de).

# Eine starke Partnerschaft

Technogym ist offizieller Ausrüster des ÖSV

Gottfried Wurpes, CEO von the fitness company und ÖSV-Präsident Peter Schröcksnadel unterzeichneten in Salzburg für die nächsten vier Jahre diese Partnerschaft, die nicht nur in der Fitnessbranche für Schlagzeilen sorgte. Sämtliche Zeitungen berichteten ausführlich darüber und auch der ORF und Servus TV waren mit ihren Fernsehteams vor Ort.





Die ÖSV-Stars auf den Technogym-Spinning Bikes.



**T**he fitness company aus Leonding ist Generalimporteur der Marke Technogym für Österreich, Tschechien und der Slowakei und seit Jahren Marktführer beim Vertrieb von Fitnessgeräten und der Ausstattung von Fitnessclubs, Hotels und Gesundheitseinrichtungen. Im Firmensitz in Linz-Leonding wird den Kunden ein Full-Service angeboten, das von der Planung, der Errichtung bis hin zum Marketingkonzept reicht. Technogym ist einer der ganz starken Weltmarktführer am Fitnessgeräte-Sektor. Das Unternehmen aus Italien lässt immer wieder mit neuen Innovationen aufhören. Das Vertrauen sowohl an Gottfried Wurpes und seinem Unternehmen, als auch an Technogym haben schlussendlich auch die Entscheidung gebracht, dass der größte und erfolgreichste Sportverband

Österreichs diese Partnerschaft eingegangen ist.

Dem Präsidenten des ÖSV ist die Marke Technogym zum ersten Mal im Zusammenhang mit Hermann Maier aufgefallen. „Hermann hat wie ein Besessener auf dem Ergometer trainiert und wurde zum weltbesten Skirennfahrer seiner Zeit. Dass ihn danach viele in seiner Trainingsmethode kopiert haben, ist ja nur logisch“, so Präsident Schröcksnadel. Gottfried Wurpes hatte seinerzeit dem „Herminator“ dieses Fahrradergometer zur Verfügung gestellt. Technogym unterstützt nach dem Motto „Champions train with Technogym“ weltweit Sportler und Sportverbände. Auch die im Moment so erfolgreiche österreichische Fußball Nationalmannschaft trainiert seit vier Jahren auf Techno-

gym Geräten und bereitet sich darauf auf die EM in Frankreich vor.

„**Es war für uns nur logisch, dass wir auch dem erfolgreichsten Skiverband der Welt unsere Fitnessgeräte zur Verfügung stellen“.**

.....  
Gottfried Wurpes

Von der Kooperation mit dem österreichischen Erfolgs Unternehmen und Technogym erwartet sich Präsident Peter Schröcksnadel sehr viel: „Unser Anspruch ist es, unseren

Abwechslungsreiche  
Trainingsmöglichkeiten



Olympiasieger  
Matthias Mayer



Aktiven im Training, wie auch in allen anderen Bereichen die besten Möglichkeiten zu bieten. Dafür ist Technogym sicher der richtige Partner und mit Gottfried Wurpes habe ich ein gutes Gefühl – die Chemie stimmt“. Technogym ist auch Teamsponsor für das Biathlon-Team und Helm-Sponsor von Nachwuchs-Hoffnung Michael Matt, dem jüngeren Bruder des Olympiasiegers Mario Matt. Wie Peter Schröcksnadel anmerkt, sind die Aktiven über die Zusammenarbeit mit Technogym hoch erfreut. Für sein eigenes, regelmäßiges Training will sich der ÖSV-Präsident privat ebenfalls neue Fitnessgeräte anschaffen. „Technogym steht für Workout auf Fitnessgeräten, die nach höchsten ergonomischen und biomechanischen Standards entwickelt wurden

„**Einen starken Partner im Fitnessbereich zu haben ist auch schon ein längerer Wunsch von mir“.**

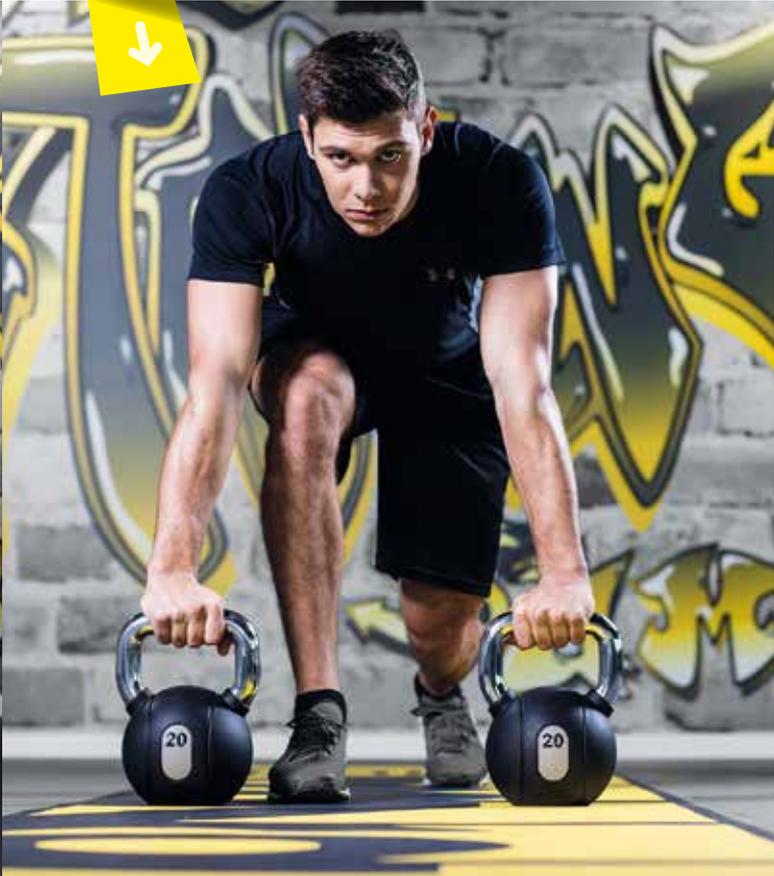
ÖSV Präsident Peter Schröcksnadel

und so optimal für die natürlichen Körperbewegungen abgestimmt sind. Die Geräte sind extrem robust und langlebig und eignen sich somit optimal für die hohen Ansprüche im Profisport. Moderne Touchscreens,

die eine personalisierte Nutzung der Geräte, Apps, Tracking-Systeme und elektronischen Medien ermöglichen. Es stehen den Sportlerinnen und Sportlern ein extrem umfangreiches und variantenreiches Angebot an Fitness- und Trainings-Equipment

zur Verfügung. Neben Cardio- und Kraftgeräten auch Equipment für Functional-, Core- und Zirkel-Training und für sportartspezifischen Workouts wie etwa die Kinesis-Station. Dadurch sind Abwechslung und Motivation, zwei wichtige Komponenten im Trainingsalltag, garantiert, was wiederum Aktive und Trainer zu neuen Übungsformen animiert“, erläutert Gottfried Wurpes. Technogym stellt dem ÖSV die hochwertigen Fitnessgeräte zur Verfügung und möchte damit einen Beitrag dazu leisten, dass die heimischen Wintersport-Profis optimale Trainingsbedingungen vorfinden. Gleichzeitig aber auch, was besonders wichtig ist, sturz- und verletzungsfrei durch die Saison zu kommen. Die ÖSV-Skistars unterziehen dabei zusätzlich die Geräte einem quasi Langzeit-Intensiv-Praxistest, was auch für die Entwicklungsabteilung von

Nachwuchs-Hoffnung  
Michael Matt



Kraftpaket  
Vincent Kriechmayr



Technogym von Interesse sein kann, wie man Trainingsgeräte zukünftig noch besser auf die Bedürfnisse von Athleten abstimmen kann. Eines ist sicher, die Partnerschaft mit dem ÖSV bietet der Marke Technogym am heimischen Markt, wie auch

im internationalen Skizirkus, die Möglichkeit den Bekanntheitsgrad auch außerhalb der Fitnessbranche enorm zu steigern und den österreichischen ÖSV Sportlerinnen und Sportlern zu hoffentlich vielen Erfolgen zu verhelfen.

Einige der ÖSV-Asse von links nach rechts: Biathlet Dominik Landertinger, Olympiasieger und Weltmeister Hannes Reichelt, Olympiasieger Matthias Mayer, Helmut Wurpes, Sales-Leiter und Gottfried Wurpes, CEO von the fitness company, Gesamtweltcup- und Olympiasiegerin Anna Fenninger und Skispringer Michael Hayböck.





# FIBO EXPERT und FIBO PASSION schärfen ihr Profil

**Z**ukunftstrends der Fitnessbranche fokussieren, den Fachbesuchercharakter international stärken und Privatbesuchern einen eigenen Raum geben – die FIBO 2016 schärft ihr Profil. Die verstärkte Trennung des Angebotes für Fach- und Privatbesucher spiegelt sich in der Aufplanung wider, die mit je einer neuen Halle für die FIBO EXPERT und für die FIBO PASSION an den Start geht. Bereits ein halbes Jahr vor Messebeginn ist die FIBO so groß wie zu ihrer letzten Veranstaltung in 2015. Schon 800 Aussteller haben ihre Teilnahme fest zugesagt. FIBO EXPERT, FIBO PASSION und FIBO POWER finden parallel vom 7.

bis 10. April 2016 auf dem Kölner Messegelände statt.

#### Raum für Business

Es war eine FIBO der Rekorde im April 2015, als über 136.000 Besucher aus aller Welt zur Messe nach Köln kamen. Dennoch: „Immer nur höher, schneller, weiter ist nicht unser Ziel“, so FIBO-Chef Ralph Scholz. „Wir müssen die hochtourige Dynamik etwas bremsen und das qualitative Wachstum im In- und Ausland beschleunigen.“ So wird es zur FIBO 2016 ein Bündel von Maßnahmen geben, die drei zentrale Ziele verfolgen: Den Fachbesuchercharakter der FIBO national wie international

zu stärken, die Fach- und Privatbesucherströme klar zu definieren und der FIBO PASSION mehr Platz und ein ganz eigenes Profil zu geben. In der Praxis heißt das: Für die FIBO EXPERT, FIBO PASSION und FIBO POWER wird ein neues Besucher-Zulassungsverfahren eingeführt. So müssen sich Fachbesucher für die Messe im kommenden Jahr erneut registrieren und legitimieren, um einen Zugang zu den exklusiven Fachbesuchertagen Donnerstag und Freitag zu erhalten. Privatbesuchertickets für Samstag und Sonntag sind wie in den Vorjahren limitiert und ausschließlich im Online Ticketshop erhältlich. Die gute Nachricht für alle Fitnessfans:



Durch die vergrößerte Ausstellungsfläche der FIBO PASSION können 2016 mehr Privatbesuchertickets als in den Vorjahren angeboten werden. Für den Samstag und Sonntag stehen je 35.000 Karten zur Verfügung.

Zur Steigerung der Fachbesucher-Qualität setzt die FIBO auch auf die weitere Internationalisierung. Neben weltweiten Veranstaltungen, wie der FIBO CHINA und der ISF Saudi powered by FIBO, setzt die FIBO nach wie vor auf eine Stärkung des Standortes Köln als weltweit wichtigster Event der Fitnessbranche. 2015 kam jeder fünfte Fachbesucher aus dem Ausland, darunter die 320 Spitzenvertre-

ter aus 28 Nationen, die am European Health & Fitness Forum teilnahmen. Der Kongress für die internationale Fitnessbranche ist auch 2016 wieder das Auftaktevent zur Messe. Um die FIBO bei europäischen Studiobesitzern weiter bekannt zu machen, tourt zudem die FIBO INNOVATION TOUR Anfang 2016 wieder durch fünf europäische Hauptstädte.

#### Forum für Trends

Wer up-to-date sein will, kommt zur FIBO. Die Messe bietet der Fitnessbranche den weltweit größten Marktüberblick und ist jedes Jahr der Ort zahlreicher Innovationen. Sinnbildlich dafür steht der FIBO Innovation Award, der viele große Innovationen im Studiobereich erstmals einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht hat. In diesem Jahr geht er mit einer neuen Ausrichtung als „FIBO Innovation and Trend Award“ an den Start und umfasst neben der Juryentscheidung erstmals auch eine Publikumswahl. Im Fokus der FIBO EXPERT und FIBO PASSION 2016 steht auch die Digitalisierung in den Fitnessstudios. Neue Techniken sorgen für ein Plus an Motivation und Effizienz des Trainings. Von elektrisch bis Elektrolyte – die neue Halle der FIBO EXPERT, 5.2, steht im Zeichen des Elektrostimulations-Trainings und der Sporternährung. Beide Ausstellergruppen erhalten hier mehr Raum. Mobile Devices und Wearables sind in der FIBO PASSION Halle 4.2 zu finden.

#### Platz für Fitnessfans

Das Privatbesucherangebot wird mit einer völlig neu konzipierten FIBO PASSION deutlich aufgewertet. Sie wird sich als zentraler Anlaufpunkt für Privatbesucher, aber auch Trainer und Instrukturen, in neuer Form und Größe präsentieren. „Die FIBO PASSION soll zum Hot-Spot der Szene werden. Ausgestaltung, Angebot und aktionsgeladenes Programm sollen signalisieren, dass hier das Herz der Fitness-Fans schlägt“, so Ralph

Scholz, der damit einem zusätzlichen Anziehungspunkt markieren will. Der Rahmen ist großzügig. Zusätzlich zur bisherigen Halle 5.1 wird die FIBO PASSION künftig auch die Hallen 4.1 und 4.2 belegen. Das schafft viel Platz für neue Präsentationsformen, eine vergrößerte Shopping-Mall, eine Trend- und Modenschau und Aktiv-Flächen. Erste Gespräche mit potenziellen Ausstellern für die FIBO PASSION Active Hall laufen bereits. Hier sollen herstellerseitig verschiedene Themenwelten abgebildet werden. Betreut wird die Fläche durch Fitnessstudios, die die Besucher beim aktiven Ausprobieren anleiten. Das Angebot speziell für Privatbesucher wird erst am Samstag und Sonntag geöffnet. Am Donnerstag und Freitag hingegen finden Fachbesucher in der Group Fitness Halle 5.1 eine angenehme Business-Atmosphäre rund um die neusten Trends im Bereich Gruppenfitness. Selbstverständlich wird es hier auch wieder eine große Bühne geben, auf der die Workouts präsentiert werden können.

Der Vorverkauf für Privatbesuchertickets startet Ende November. Fachbesucher haben bereits jetzt die Möglichkeit, sich für die FIBO 2016 zu registrieren.

[www.fibo.de](http://www.fibo.de)



# Registrierkassenpflicht

## Auswirkungen der Steuerreform auf Fitnessstudios

**M**it der Steuerreform 2015/2016 ergeben sich für Unternehmen grundlegende Änderungen. So stellt sich für viele die Frage: Brauche ich eine Registrierkasse? Die Frage muss mit Ja beantwortet werden, wenn der Jahresumsatz mehr als € 15.000,- ausmacht und davon die Hälfte, also € 7.500,- an Barumsätzen getätigt werden. Trifft eines der beiden Merkmale nicht zu, bedarf es keiner Registrierkasse für ihren Barumsatz. Als Barumsätze gelten natürlich Bargeld, aber auch Zahlungen mit Kredit- oder Bankomatkarte oder anderen elektronischen Zahlungsformen (Mobiltelefon, PayLife Quick), wie auch das Einlösen von Gutscheinen, Bons, Geschenkmünzen und Barschecks. Kein Barumsatz sind Zahlungen mittels E-Banking oder Erlagschein. Somit fallen Fitness-Abos, die über einen Bank-Dauerauftrag vom Kunden abgewickelt werden, nicht unter Barumsätze. Jegliche Zahlungen mit Bankomat-

oder Kreditkarte bzw. Barkassieren für einzelne Leistungen sind Barumsätze.

### Wann beginnt die Registrierkassenpflicht?

Mit Beginn des viertfolgenden Monats nach Ablauf des Umsatzsteuervoranmeldungszeitraums, in dem die beiden Umsatzgrenzen (Gesamtumsatz und Barumsatz) erstmalig überschritten werden. Zum Beispiel: Im November 2015 überschreiten Sie beide Umsatzgrenzen, Registrierkassenpflicht daher ab 01. 03. 2016 oder bei einem quartalsweisen UVA-Zeitraum startet die Registrierkassenpflicht mit 01. 04. 2016. Das heißt die Verpflichtung ab 01. 01. 2016 gilt, wenn die Grenzen bis September 2015 überschritten wurden. Zusätzlich muss ab 01. 01. 2017 jede Registrierkasse mit einem Manipulationsschutz (Stichwort Löschen von Umsätzen) ausgestattet sein.

### Wann endet die Registrierkassenpflicht?

Die Verpflichtung zur Verwendung

einer Registrierkasse erlischt, wenn aufgrund besonderer Umstände absehbar ist, dass die Grenzen auch künftig nicht wieder überschritten werden. Ab Beginn des Folgejahres erlischt dann die Verpflichtung.

### Gibt es für die Anschaffung Förderungen?

Die bis zum 01. 01. 2017 angefallenen Anschaffungs- sowie die Umrüstkosten sind sofort als Betriebsausgabe absetzbar. Zudem kann eine Prämie in Höhe von € 200,00 (max. € 30,00 je Erfassungseinheit) mit der jährlichen Steuererklärung beantragt werden.

### Weitere Informationen zum Thema erhalten Sie unter

- <https://www.bmf.gv.at/top-themen/Registrierkassen.html>
- [www.wko.at](http://www.wko.at) → Oberösterreich → Registrierkassenpflicht
- [www.kassenzertifizierung.at](http://www.kassenzertifizierung.at)
- **WKOÖ Infohotline: 05-90909**

## Yellow8 Software GmbH Wien

**Als österreichischer Softwarehersteller stehen wir Ihnen mit Software und Hardware bei allen Veränderungen zur Seite! – Flexible Komplettlösungen für Ihr Fitnessstudio die den gesetzlichen Bestimmungen entsprechen.**

Mit unseren Produkten für Sportstätten accesscontrol.8, studio.8 und yoga.studio.8 sind Sie langfristig effizient unterwegs! Wir unterstützen Sie nicht nur bei Ihren Barverkäufen sondern auch bei Mitgliederverwaltung, SEPA, Solarium, Zutrittskontrolle, Kursverwaltung, Garderoben und vielem mehr.

+43 1 23629 30

[www.8software.at](http://www.8software.at)

[facebook.com/8software.at](https://facebook.com/8software.at)

[info@8software.at](mailto:info@8software.at)



messegelände köln

# MEET THE GLOBAL FITNESS INDUSTRY AT FIBO: 7 – 10 APRIL 2016



**EXPERT**  
shape the  
business.

FACHBESUCHERTICKETS ONLINE UND AN DER TAGESKASSE  
internationale leitmesse für fitness, wellness & gesundheit

Organised by

 Reed Exhibitions

[WWW.FIBO.COM](http://WWW.FIBO.COM)

business

inspiration

network

know-how



# PURFIT

Ein Franchise- System mit Erfolgsgarantie!

**Ein Fitnessclubkonzept mit professioneller Struktur für Existenzgründer oder als zweites Standbein für bestehende Betreiber.**

**D**as purfit liegt mit seinem Auftritt und der Ausstattung voll im Trend der modernen Fitnessclubs. Die völlig andere Struktur sämtlicher Tages-

abläufe im Club, sowie das Marketing, machen es zum Erfolgskonzept! Aus dem umfangreichen Erfahrungswert von über 2 Jahrzehnten in der Fitnessbranche,

entstand ein einzigartiges Konzept eines Premium Diskont-Fitnessclubs. PURFIT „einfach trainieren“ ist nicht nur eine angesagte und eingetragene Marke, sondern ein Kon-

zept das sich von allen am Markt befindlichen Diskontern abhebt.

#### Ohne Lehrgeld zum Erfolg

Der angesprochene Erfahrungswert bezieht sich auf die Planung der Anlage, die Mitarbeiterstruktur und deren Ausbildung, bis hin zu einem erprobten und professionellen Marketingkonzept. Zusammengefasst erhält der Betreiber alles was er zur erfolgreichen Errichtung und Führung eines Fitnessclubs braucht. Manfred Petautschnig, der Gründer der Marke, hat mit seinem FITCENTER HALLEIN einen der führenden Fitnessclubs in Österreich. Das purfit Konzept entstand als zweites Standbein und wurde nach erfolgreicher Einführung zum Franchisekonzept weiterentwickelt.

#### Kundenorientiert – ohne versteckte Kosten

Im purfit duscht der Kunde gratis, die Power Plate ist inkludiert, er wird persönlich empfangen und erhält an der Rezeption einen Schlüssel

für seinen Spind. Eigene Vorhängeschlösser, Drehkreuze, Münzer bei den Duschen, sowie zahlreiche Aufzählungen und versteckte Kosten gibt es im purfit nicht! Frische Shakes sowie ein professioneller Barbetrieb mit einem erfolgreichen Zusatzverkaufskonzept, bindet die Kunden durch soziale Anbindung und bringt dem Betreiber ehrliche Zusatzeinnahmen.

#### Erfolgreiche Umsetzung

Neben Hallein, eröffnete in Matighofen am 1. August 2015 ein weiterer Standort. Franchisenehmer Daniel Buttinger startete bereits am Eröffnungstag in der kleinen Gemeinde, durch den professionellen Vorverkauf, mit 300 Mitglieder. Schon nach 3 Monaten war der Break-Even erreicht.

„Ich musste nur den Standort liefern. Von der Kalkulation über die Planung bis zur Visualisierung der fertigen Anlage wurde alles perfekt umgesetzt. Es ist ein Riesen-Vorteil

und vor allem eine große Ersparnis, sich weder um eine eigene Marke, eine Website oder das Marketing Gedanken machen zu müssen!“ – freut sich Buttinger.

#### Franchisenehmer werden

Unter [www.purfit.at](http://www.purfit.at) können sich Interessenten für einen eigenen Fitnessclub die perfekte Struktur der Markenpräsenz ansehen.

#### PURFIT FRANCHISE KONZEPT

Ein Unternehmen der Fitcenter Hallein GmbH&CoKG  
Kletzlgutweg 6  
5400 Hallein  
[info@fit-center-hallein.at](mailto:info@fit-center-hallein.at)  
[www.purfit.at](http://www.purfit.at)





# FITNESS MODELS & MORE

## Gute Laune im Casino Linz

**FITNESSNEWS lud am letzten Samstag im November Geschäftspartner, Freunde und viele prominente Gäste zu einem Galaabend ins Casino Linz ein. Als Moderator führte Alex Pletz mit Charme und viel Fachkenntnis durchs Programm. Die Stimmung hätte im exklusiven Ambiente des Casineums nicht besser sein können.**

**G**leich zu Beginn begeisterte die gebürtige Steirerin Christina Sommer nicht nur mit ihrem bezaubernden Aussehen, sondern auch mit großartiger, oder wie Dieter Bohlen es formulieren würde, mit „Hammer-Stimme“ die Gäste. Um gesundes Kochen mit dem TomYang

BBQ-Griller ging es beim Small Talk mit Dr. Manfred Reindl und Austropop Legende Robinson, der in einem Kochvideo des sehr erfolgreichen Linzer Unternehmens mitwirkt. In der 2. Small-Talk Runde ging es dann um Kunst. Die Linzer Künstlerin Evelyn Zehetner hatte einige ihrer großartigen

Werke ins Casineum mitgebracht, wobei vor allem ihre „Amerikanische Freiheitsstatue“ beeindruckte. Auch der bekannte freischaffende Künstler und Custom Painter Pablo Spitzer, war trotz übervollem Terminkalender nach Linz gekommen und zeigte in einer kleinen Ausstellung einige sei-



2



3



4

ner aktuellen Gemälde. Im Rahmen dieser Veranstaltung wurden auch die erfolgreichsten Sportlerinnen und Sportler des Jahres 2015 eingeladen. Nina Hafner und Franz Berner, die sich in Graz bei den Fitness World Championships jeweils den WM-Titel geholt hatten, wurden gemeinsam mit dem Junioren Sieger Daniel Zeilinger, dem viertplatzierten Kevin Goel und dem

Europameister im Fitnesszehnkampf, Peter Lopar, geehrt. Für Ihre Leistungen bekamen alle als kleine Anerkennung eine „gooix“ watch überreicht. Einen kurzen Rückblick gab es auf die Bodybuilding Weltmeisterschaft vor 30 Jahren in Las Vegas. Dort waren Hermine Klinger, Christian Janatsch, Karl Hauer, Max Pangerl und Günter Hofstetter, als erfolgreiche Teilneh-

mer, Dr. Robert Huber als offizieller Fotograf und Peter Papula als damaliger NABBA-Präsident mit dabei. Abschließend wurde der FITNESSNEWS KALENDERS 2016 von den anwesenden Models präsentiert, bevor sich die Gäste am köstlichen Buffet bedienen konnten. Ein toller Abend, bei dem sich die Gäste bis lange nach Mitternacht noch bestens unterhielten.



5



6



7



8



9



10



11



12



13

- 1 Die Kalendermodels vor der Freiheitsstatue der Künstlerin Evelyn Zehetner.
- 2 Bettina Pichler und Franz Berner mit ihrem Kalenderblatt.
- 3 Christina Sommer bezauberte mit Aussehen und Stimme.
- 4 Robinson, Dr. Manfred Reindl (TomYang BBQ) und Moderator Alex Pletz.
- 5 Dr. Manfred Reindl mit Tochter Julia Reindl.
- 6 Die Künstler Pablo Spitzer und Evelyn Zehetner beim Small Talk mit Alex Pletz.
- 7 Veronika Barvir und Dominik Kapflinger (LMT-CYBEX).

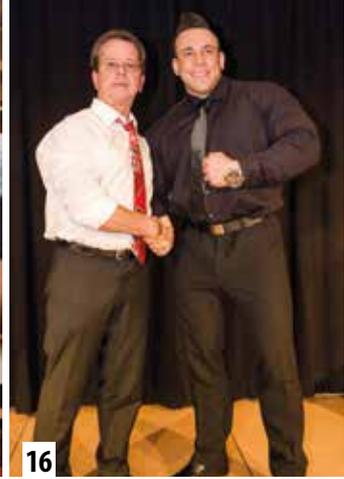
- 8 Mag. Klaus Helm und die zweifache Miss Fitness Alessa Pfeifer.
- 9 Eigens aus Budapest angereist kamen Szilvia und Mario Lang.
- 10 Elena Mandl (l) und Alessa Pfeifer (r) bei der Ehrung der erfolgreichsten Fitnesssportler.
- 11 Fotokünstler Günter Hofstädter mit Monika Radl, Simone Hofer und DFFV-Präsident Markus Kittner.
- 12 Bestens in Stimmung - Nina und Christian Janatsch (Bodybuilding-Legende).
- 13 Präsentation des FITNESSNEWS Kalenders durch die Kalendermodels.



14



15



16



17



18



19



20



21



22



23



24

- 14 Dr. Jörg Reis , Herta und Sepp Krassnitzer, besser bekannt als „Robinson“.
- 15 Erika Papula, Airbrush Künstler Pablo Spitzer und Peter Papula.
- 16 Max Pangerl mit dem regierenden Mister Universum Rainer Stoss.
- 17 Ein charmantes Paar – Musical Tänzerin Julia Nica mit Gatten Dan.
- 18 Nina Hafner und Peter Lopar mit ihrer "gooix" Uhr.
- 19 Rainer Stoss ließ seine Muskeln spielen, Mohamed Mustafa gratulierte.

- 20 Dr. Robert Huber (Bezirksverwaltungsdirektor) und Elisabeth Resch.
- 21 Martina und Karl Hauer, Hermine und Christian Klingner.
- 22 Bettina Pichler mit Franz Berner und Kevin Goel mit Julia Raffler.
- 23 Sophie Müllner (Casino Linz) und Ernst Spitzer (Chef Cuisino Linz).
- 24 Den Abschluss des Abends bildete das köstliche Buffet.

# NEUES CITY-HOTEL

Ihr besonderes, persönliches Wohnerlebnis

Das Nebenhaus des CITY-HOTELS wurde völlig umgebaut und direkt mit dem bisherigen CITY HOTEL verbunden. Somit steht den Gästen das bisherige CITY HOTEL, das voll renoviert wurde und der neue Teil des Hauses zur Verfügung. Im neuen 4 Sterne Plus Hotel gibt es 25 großzü-

gige Zimmer, 5 Suiten und 1 Junior Suite mit absoluter Top-Ausstattung. Im ausgebauten Dachgeschoss wird den Gästen eine original Finn-Sauna, eine Bio Sauna und ein Fitnessbereich mit Blick auf die Skyline von Linz geboten.

Wärme – Herzlichkeit – Individualität



A-4020 Linz  
Schillerstraße 52  
+43 (732) 65 26 22  
cityhotel\_linz@aon.at



# Das Casino Linz

unter neuer kulinarischer Flagge!

Seit 1. August 2015 ist Cuisino, eine hundert Prozent Tochter der Casinos Austria, der neue Gastronomiepartner des Casino Linz. Cuisino betreibt seit 11 Jahren an 10 österreichischen Casinostandorten Cafés, Bars, Restaurants und Veranstaltungscatering und beschäftigt über 380 MitarbeiterInnen. Stolz ist Cuisino auf 5 Gault Millau Hauben in der Gruppe und auch in Linz sind alle Beteiligten mit großem Engagement dabei, einen weiteren Spitzenbetrieb aufzubauen. Mit den oberösterreichischen Gastronomieprofis Ernst Spitzer, ehemals „Josef“ und „Verdi Diele“, als Standortleiter und Sascha Wurdinger, vormals „Herberstein“, als Küchenchef ist Qualität und Lokalkolorit gewährleistet. Die Küchenteams

von Cuisino überzeugen mit der Verarbeitung heimischer Produkte und stehen für Begriffe wie Genuss, Regionalität, Saisonalität und biologischen Anbau. Feines aus Österreich steht im Vordergrund!

#### Dinner & Roulette

Im Casino Restaurant bestimmen Sie den Preis für Ihr 3-gängiges MENÜ. Lassen Sie die Roulettkugel entscheiden wie viel Sie bezahlen. Zwischen 0 und 36,-- Euro ist alles möglich. Bei Zero genießen Sie die kulinarischen Köstlichkeiten und die einzigartige Casinoatmosphäre gratis.

Die Top Produkte der Cuisino Gastronomie bleiben weiterhin die beliebten Packages.

**Dinner & Casino:** das 4-Gang-Menü inkl.

EUR 25,- in Begrüßungsjetons und einem Glas Frizzante an der Casino Bar. **Surf & Turf:** das herzhafteste Tellergericht mit Steak, Garnelen und Potato Wedges inkl. EUR 25,- in Begrüßungsjetons.

**Bar&Casino:** das kleine Paket mit Begrüßungsjetons und einem Snack oder Cocktail.

Nicht nur das Casinorestaurant, auch die Casinobars erfahren durch Cuisino eine Ausweitung des Angebotes. Eine Auswahl an Cocktails (auch alkoholfreie) und ein schönes Weinangebot laden an der Casinobar zum Verweilen ein und unterstützen die Philosophie des Casino Linz, nicht nur Ort des Spiels, sondern auch Ausgehlokation und Treffpunkt zu sein.

## Neues Führungsteam

Seit Oktober 2015 hat sich an der Spitze der LMT CYBEX GmbH Österreich, dem Anbieter von innovativen und qualitativ hochstehenden Produkten und Dienstleistungen für Fitness, Rehabilitation und Sport, ein Führungswechsel vollzogen. Gregor A. Hüni, der bereits seit 2012 CEO der LMT Group ist, hat nun auch die Geschäftsführung in Österreich übernommen. Zusammen mit Vertriebsleiter Andreas Poschalko und der professionellen Vertriebsmannschaft, steht damit den LMT-Kunden ein äußerst kompetentes Team mit langjähriger Erfahrung im Fitness- und Medical Bereich zur Verfügung, welches die Interessen der Kunden optimal vertreten und deren Anliegen kompetent umsetzen kann.



**Gregor A. Hüni, CEO LMT Group** **Andreas Poschalko, Vertriebsleiter Österreich**

## Günter Hofstädter

Der Wiener Fotokünstler ist unseren Leserinnen und Lesern seit Jahren durch seine kreativen Aufnahmen ein Begriff. Auch als Bodybuilder war er überaus erfolgreich und holte sich 1986 in Las Vegas sogar den Vize-Weltmeistertitel. Erstmals hat der 2 Meter große Profi-Fotograf heuer den Baukalender 2016 fotografiert und dabei die weiblichen und männlichen Models „am Bau“ ins rechte Licht gerückt. Besonders stolz ist Günter Hofstädter auf seine hübsche Tochter Jennifer, die im Kalender als Model eine ausgesprochen gute Figur macht.



## Wiederum erfolgreich

waren Peter Lopar und Jasmine Poschinger, bei den Europameisterschaften im Fitnessdecathlon in Basel. Die beiden Kärntner gaben in den 10 Disziplinen ihr Bestes und wurden dafür mit Gold und Silber belohnt. Peter Lopar, der sich in dieser Disziplin schon zweimal den Weltmeistertitel holte, gewann auch souverän den EM Titel. Durch die Streichung der Gewichtsklassen verpasste Jasmine Poschinger mit nur knappen 1,5 Punkten Rückstand den 1. Platz. Aber der Vize-Europameistertitel ist ein toller Erfolg, der auch dementsprechend gefeiert wurde.

**50th CONGRESS**  
of the  
**ARAB PHYSICAL CULTURE FEDERATION**  
Special Host: Mr. Universum & multiple World Champion  
**MUSTAFA HASSANEN**

Limited seats available  
Reserve today on [www.bodystep.at](http://www.bodystep.at)

26th & 27th Feb. 2016  
VHS Döbling - VIENNA - AUSTRIA

<b>Key Topics</b> Health & fitness Body Shaping & Toning Organic Food & Supplements Sport Accidents & Diseases Nutrition & Water	<b>Certificates</b> All delegates will receive a Certificate of Attendance issued by the National Academy of Physical Culture (NAPC)	<b>Featured Speakers</b> Dr. Fawzi Ikhodari Prof. Hasem Al-Kilani Dr. Osama Lala Dr. Mariam Arab and many others ...
---	---	---



**Für Sie vertreiben wir nur das Beste am Markt.**

Wie die „**Pulldown**“ der neuen **Prestige**-Linie von Cybex. Das optimierte Bewegungsmuster und ein innovatives Gewichtstransfer-System ermöglichen ein effizientes Training auf jedem Level. Die 20 einzigartigen Geräte der **Prestige**-Linie setzen neue Maßstäbe im Bereich des Krafttrainings.

Diese und weitere Geräte vertreiben wir exklusiv bei LMT! Wir sind Ihr führender Anbieter von innovativen Produkten und Dienstleistungen in den Bereichen Fitness, Rehabilitation und Sport.

**LMT – serious about training.**



**MEDICAL**  
**KRAFT & CARDIO**  
SENSOMOTORIK & DIAGNOSTIK  
**FITNESS**

Unsere Marken



**Leuenberger Medizintechnik AG**  
Industriestraße 19  
CH – 8304 Wallisellen  
Tel +41 44 877 84 00  
Fax +41 44 877 84 10  
lmt@lmt.ch  
[www.lmt.ch](http://www.lmt.ch)

**LMT Deutschland GmbH**  
Stuttgarter Straße 57  
D – 74321 Bietigheim-Bissingen  
Tel +49 (0) 7142 993 860  
Fax +49 (0) 7142 993 8610  
info@lmt.eu  
[www.lmt.eu](http://www.lmt.eu)

**LMT CYBEX GmbH**  
Modecenterstraße 22/D73-D83  
AT – 1030 Wien  
Tel +43 (0) 1 798 06 98  
Fax +43 (0) 1 798 06 98 20  
info@lmt.at  
[www.lmt.at](http://www.lmt.at)

FOLLOW US  
[www.facebook.com/LMT.LeuenbergerMedizinTechnik](http://www.facebook.com/LMT.LeuenbergerMedizinTechnik)

[www.lmt.eu](http://www.lmt.eu)

# FITNESSKALENDER 2016



**JETZT  
SICHERN**

**Euro 25.-**

FOTO: MANFRED BINDER

**unter: [office@fitnessnews.at](mailto:office@fitnessnews.at)**

# Der Testsieger

kommt nach St. Pölten! **Der Fitness-Testsieger INJOY eröffnet einen neuen Club im ersten Stock des neuen INTERSPORT in der Porschestraße 9!**



Endlich ist es soweit – der Marktführer im Bereich präventives Fitness- und Gesundheitstraining - INJOY - kommt im Dezember 2015 nach St. Pölten. Der neue Fitnessclub wird auf über 600 m<sup>2</sup> im ersten Stock des INTERSPORT, Porschestraße 9 als modernes Gesundheitszentrum konzipiert und garantiert durch den Anschluss an Europas größte Fitness-Franchise-Marke INJOY für alle KundInnen höchste Qualität auf internationalem Niveau. Der topmoderne INJOY Club St. Pölten bietet den Mitgliedern auf 600 Quadratmetern mit dem chipkartengesteuerten Zirkeltraining, Precor Ausdauergeräten, flexx Rückenkonzept, Startrac Human Sports Geräten, einem besonderen Kursprogramm, alles rund um das Thema Fitness und betreutes Muskeltraining. „Unser vorrangiges Ziel ist es, Menschen zu überzeugen, die bisher noch kein Gesundheitstraining

betreiben. Mit gezieltem, intensiv und professionell betreutem Training erreichen Sie Ihre Ziele! Abnehmen, Rückenschmerzen lindern, Figurformung, Prävention von Volkskrankheiten oder einfach nur fitter werden - wir sind für Sie da!“ betont Jürgen Kreitner, Geschäftsführer des INJOY St. Pölten. „Unsere TrainerInnen sind qualifizierte ExpertenInnen und freuen sich auf Sie. Die vielen positiven Auswirkungen eines regelmäßigen, gezielten Muskeltrainings wollen wir so weit mehr Menschen als bisher näherbringen“. INJOY verzeichnet mit einer konsequenten Markenstrategie seit 2002 ein kontinuierliches Wachstum bei Standorten, Umsatz und MitarbeiterInnen. Im Mittelpunkt bei INJOY steht der Kunde, die MitarbeiterInnen werden laufend in der INJOY Akademie aus- und weitergebildet. Das Training und die Programme basieren auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen, wobei

mit namhaften Universitäten kooperiert wird. INJOY Fitnessstudios heben sich vor allem durch ihre individuelle und persönliche Note ab. Betreutes Muskeltraining ist der Markenkern und das spürbare Differenzierungsmerkmal gegenüber dem anonymen Massenmarkt.

Sichern auch Sie sich schnell Ihre Mitgliedschaft im neuen INJOY St. Pölten! Bis 31.12. können Sie noch von tollen Vorverkaufspreisen profitieren.

**INJOY St. Pölten**  
**Porschestraße 9, 3100 St. Pölten**  
**Infohotline: 01 31670950**  
**www.injoy-st-poelten.at**



# DIVE INTO THE WORLD OF MIHA BODYTEC



## Wir besuchen Sie gerne!

Erleben Sie die Wirkungsweise hautnah! Einer unserer Mitarbeiter zeigt Ihnen gerne persönlich die Vorzüge des miha bodytec und informiert Sie über gewerbliche Umsetzungsmöglichkeiten. Mehr Infos finden Sie unter [miha-bodytec.com](http://miha-bodytec.com) oder Sie rufen uns an unter **+49 821 45 54 92 - 0**.





1

# FIT YOUR BODY

## Salzburg

**E**s war die zweite Auflage der Fitnessmesse in Salzburg. Knapp 80 Aussteller präsentierten neueste Fitness- und Trainingsgeräte, Sporternährung, sowie Sportbekleidung und Zubehör. Die Besucherzahl konnte auf 5.820 gesteigert werden, das waren um 18 Prozent mehr als im Vorjahr. Der Fitness- und Gesundheitsmarkt ist ständig im Wachstum begriffen und so hofft man Seitens der FIT YOUR BODY, dass auch das Potential an Ausstellern und Besuchern weiter steigen wird. „Trotz der aktuellen Grenzsituation und dem traumhaftem Oktoberwetter verzeichneten wir eine erfreuliche

Entwicklung!“, resümiert Charlotte Reichenspurner, Bereichsleiterin des Messezentrum Salzburg. Die Besucher konnten sich aber nicht nur über neue Trends und aktuelle Entwicklungen in Sachen Training, Ernährung, sowie Aus- und Weiterbildung informieren, sondern auch selbst bei verschiedenen Workshops und an vielen Ständen selbst aktiv werden. Ins Schwitzen kamen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim CrossFit Champions Day. Dabei ging es richtig zur Sache und Maximilian Walter, einer der besten CrossFit-Athleten Österreichs, zeigte sich von der guten Organisation der Veranstaltung begeis-

tert. „Aufgrund der Kombination mit der Messe ist das Zuschauerinteresse sehr groß“. Sportnahrung.at bot auf ihrer Bühne ein Live-Programm. Ein Gewinnspiel ließ die Besucher Schlange stehen. Gleich nebenan gab es am Samstag bei der Bodycult-Challenge gut gebaute Damen und Herren zu sehen.

### Ausstellerstimmen

„Die Messe zeigt gegenüber dem Vorjahr eine stark ansteigende Tendenz an fitnessinteressierten Besuchern und auch das Fachbesucheraufkommen ist stark gestiegen. Wir werden auch im nächsten Jahr wieder dabei



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12

sein und die FIT YOUR BODY weiter unterstützen“, so Gottfried Wurpes, CEO von the fitness company.

„Die einzige Fitnessmesse in Österreich und noch dazu vor unse-

rer Haustüre. Als Platzhirsch ist die Präsenz des Fitcenter Hallein eine logische Konsequenz. Für die Supplementmarke USN, die wir seit 4 Jahren erfolgreich am österreichischen Markt positioniert haben, ist

die Messe eine perfekte Plattform“, bestätigt Manfred Petautschnig.

Im nächsten Jahr wird die FIT YOUR BODY Salzburg vom 21. - 23. Oktober stattfinden.

1 Fun & Action auf der Fit Your Body Messe in Salzburg.

2 Achim Oertel (miha-bodytec) am Stand von M.A.N.D.U.

3 TECHNOGYM präsentierte sich mit einem eindrucksvollen Stand.

4 Eishockey-Profi Dominik Heinrich (2. v. L.) am Dimove Stand von Dietzi Molzer.

5 Dr. Manfred Reindl (TomYang BBQ, Alfred Theuretzbacher und Özgür Selvtop (Vital Energy).

6 Fitness- und Gesundheitsexperte Toni Klein (rechts) am Stand von CR7.

7 Sportnahrung.at war erstmals auf der Fit Your Body vertreten.

8 Helmut Wurpes, Hans-Jörg Huemer, Dominik Raab, Werner Wistuba, und Gottfried Wurpes am Technogym Stand.

9 Christian Stelzmüller (RUHA-Stelzmüller) mit Erika Papula (FITNESSNEWS).

10 Die Supplementmarke USN sieht in der Messe eine perfekte Plattform.

11 Fle-xx und eGym stellten Fitness- und Trainingsgeräte aus.

12 Andras Bredenkamp bei seinem Vortrag auf der Messebühne.



13



14



15



16



17



18



19



20



21



22



23



25



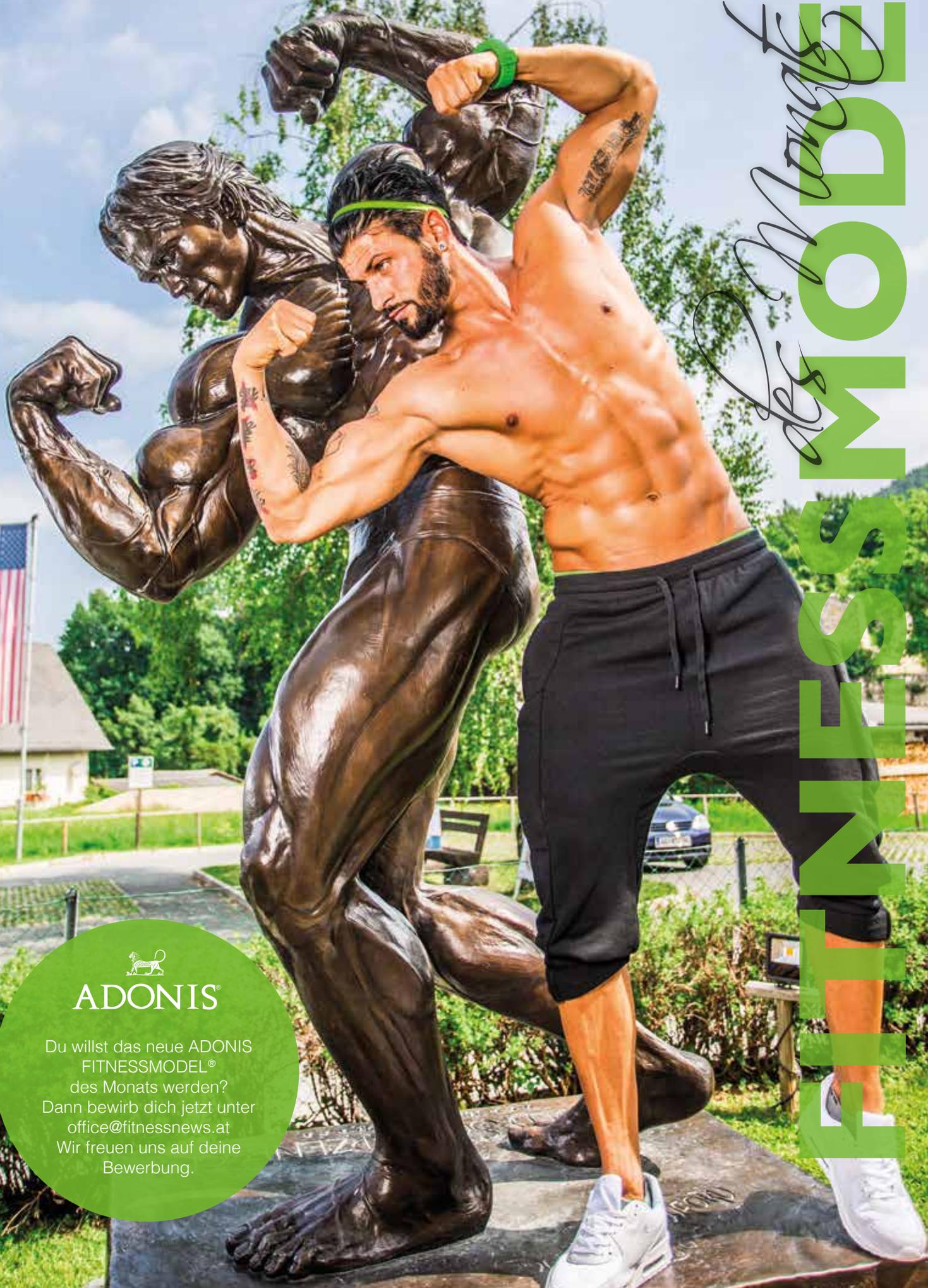
24



26

- 13 Manfred und Michaela Petautschnig (Fitcenter Hallein).
- 14 Hannes Engelschall, Alexandra Schmid, Carmen Essletzichler, Ines Pecinsky, Ute Nußbaumüller und Sven Decker (Happy Fit).
- 15 Mag. Birgit Ramsauer (Messezentrum) und Franz Berner (Fitness-Weltmeister).
- 16 Dr. Manfred Reindl mit Andreas und Christian Thurner (INLINE).
- 17 Verkaufsleiter Peter Weber und Peter Gradauer (Inkospor).
- 18 Martina Mild und Tom Muigg (Mister Adonis).
- 19 Johann Payler mit Gattin Gudrun (Cyber Fitness).

- 20 Felix Schiller, Dani Liebers und Michael „Ben“ Nolte vom Power Haus.
- 21 Am sportnahrung.at Stand gab es auch Bodybuilding Shows zu sehen.
- 22 Bereits zum 2. Mal gab es den Crossfit „Champions Day“.
- 23 Strong Man Franz Müller mit der 5-fachen Miss Fitness Andrea Eckerl.
- 24 Das Software Unternehmen yellow8 war auch wieder vertreten.
- 25 Christopher Steiner (Lifestyle Ladies) mit charmanter Begleitung.
- 26 Roland Hermüller mit Partnerin Daniela Berger (You & I).



# des Monats **FITNESSMODEL**®



**ADONIS**

Du willst das neue ADONIS  
FITNESSMODEL®  
des Monats werden?  
Dann bewirb dich jetzt unter  
[office@fitnessnews.at](mailto:office@fitnessnews.at)  
Wir freuen uns auf deine  
Bewerbung.



# BODYFIT CENTER Wels „Leben ist Bewegung“

Das ist der Slogan des Bodyfit Centers von Tom und Gerda Purkrabek in Wels. Das Studio in der Ligusterstraße wurde 2013 eröffnet und erfreut sich von Beginn an größter Beliebtheit. Seit September dieses Jahres stehen den Clubmitgliedern die neuesten Cardio- und Kraftgeräte der Premiummarke CYBEX zur Verfügung.

Tom Purkrabek liebt und lebt schon von klein auf alles was mit Sport zu tun hat. Ob in der Leichtathletik, wo er über 100 m (Bestzeit 10,55 sec) und 200 m Staatsmeister wurde. Im Tennis, wo er in der höchsten Liga spielte und später dann auch im Bodybuilding

Sport. Im Jahr 2006 stand der gebürtige Salzburger erstmals beim IFBB Austria Cup auf der Bühne. Mit einem Wettkampfgewicht von 104 kg. konnte er in Folge zahlreiche Podestplätze belegen. Heute ist er um einige Kilo leichter und betreibt gemeinsam mit seiner Gattin

Gerda und dem Fitness- und Gesundheitstrainer Dominic Zwitl die Mitglieder des Clubs. „Fitness und Gesundheit sind uns wichtig: Es ist uns ein Anliegen, dass jeder, der bei uns trainiert, in diesen Bereichen bestmögliche Ergebnisse erzielt“, so Tom Purkrabek. Dafür wird



mit modernster Ausstattung, mit den Trainingseinweisungen durch das kompetente Trainerteam, mit individueller Beratung, mit Trainings- und Ernährungsplänen und mit dem Abnehm- und Figurspezialsystem Slim Belly gesorgt. Auf insgesamt 1700 m<sup>2</sup> stehen knapp 100 Trainingsgeräte zur Verfügung. Die gemütliche Bar im 1. Stock lädt zum Ausrasten und zum Stärken mit einem Eiweißshake oder einem

Eiweißriegel ein. Im Frühjahr des nächsten Jahres soll den Kundinnen und Kunden dann auch eine Terrasse zum Chillen und Sonnen zur Verfügung stehen. Das Bodyfit Center ist mit einer Chipcard täglich von 5.00 Uhr bis 24.00 Uhr zugänglich. Die betreuten Öffnungszeiten sind von Montag bis Freitag von 9.00 bis 12.00 und von 14.00 – 21.00 Uhr, sowie an Samstagen von 10.00 bis 14.00 Uhr.

Mehr Infos unter:

**BODYFIT CENTER**  
**4600 Wels, Ligusterstraße 2**  
**Tel.: 07242/20 69 34**  
**[www.bodyfitcenter.at](http://www.bodyfitcenter.at)**

**BODYFIT**  
**CENTER**  
 LEBEN IST BEWEGUNG



# Ihr Wellnesspartner für alle Jahreszeiten

Seit mehr als drei Jahrzehnten ist das Linzer Unternehmen RUHA-Stelzmüller ein kompetenter und erfahrener Partner, wenn es darum geht, eine Wellness-Oase zu planen und zu errichten. Maßgeschneiderte Lösungen für Schwimmbad, Sauna, Infrarotkabine, Whirlpool, Dampfbad und Solarium. Ob für Fitnessclubs, für Hotelbetriebe, oder für Zuhause, Die jahrelange Erfahrung und der exzellente Service sprechen für sich. Wir, die Experten von RUHA, nehmen uns gerne für Sie Zeit. Ein Spaziergang durch unseren großen Schauraum wird Sie inspirieren“, ist Geschäftsführer Christian Stelzmüller überzeugt.



## Individuelle Lösungen für jeden Raum

Individualität nimmt bei RUHA-Stelzmüller einen besonderen Stellenwert ein. In der großen Ausstellung kann man sich inspirieren lassen. Je nach den persönlichen Bedürfnissen stehen Trockensau-

na, Warmluftbad, Relaxbad, Kräutervitalbad, Dampfbad oder Infrarotkabine zur Verfügung – auch in Kombination. Integrierte LED-Farblichtsysteme sind ein Highlight für Optik und Gemüt. Sie lassen sich bequem mittels Fernbedienung ganz nach Wunsch verändern. 30 Jahre Erfahrung im Saunabadbau macht RUHA Stelzmüller zum richtigen Ansprechpartner für Ihre Wohlfühl-Oase.

Fordern Sie jetzt den RUHA Saunakatalog online unter [ruha@ruha.at](mailto:ruha@ruha.at)

**Kontakt**  
**RUHA-Stelzmüller GmbH & Co.KG**  
 Estermannstraße 8 . 4021 Linz  
 Tel.: 0732/778583  
[www.ruha.at](http://www.ruha.at)

**Filiale West**  
 Gewerbestraße West 5  
 5722 Niedernsill  
 Tel.: 06548/201920



**ERGOLINE  
AFFINITY 700**

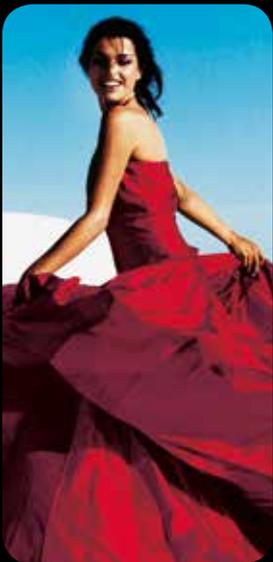
**ADVANCED  
PERFORMANCE**



**ERGOLINE AFFINITY 700 ADVANCED PERFORMANCE**

# AFFINITY FOR PERFORMANCE

- PREISGÜNSTIGER EINSTIEG IN DIE AFFINITY-SERIE
- ADVANCED PERFORMANCE – VERBESSERTE KÖRPERBRÄUNE
- SMART CONTROL – NEUES UND KOMFORTABLES GLASBEDIENFELD
- LED LIGHT SHOW – EIN NEUES HIGHLIGHT IN IHREM STUDIO
- LED INTERIOR LIGHT – HELL ERLEUCHTETER INNENRAUM



**RUHA- STELMÜLLER GMBH & CO KG** · Estermannstrasse 8 · 4021 Linz

☎ 0732/778583- 0    🌐 [www.ruha.at](http://www.ruha.at)    🌐 [www.ergoline.at](http://www.ergoline.at)    @ [solarien@ruha.at](mailto:solarien@ruha.at)

📘 [www.facebook.com/ErgolineWorld](https://www.facebook.com/ErgolineWorld)

*Ergoline*

# Ah alle Liebe, Leser...

**H**eute möchte ich einen Rückblick auf meine Wettkämpfe als Fitness Model machen. Es war eine sehr schöne und aufregende Zeit als aktive Athletin und sie verlief sehr erfolgreich. Trotz der vielen Entbehrungen und dem Stress, gerade in den Wochen vor einem Wettkampf, blicke ich gerne auf diese Zeit zurück und schwelge in Erinnerungen. Der Moment auf der Bühne zu stehen erfüllte mich jedes Mal mit Glück und Stolz für meine eiserne Disziplin.

#### Wie kam ich dazu?

Meinen ersten Kontakt zur Fitness-Wettkampf-Szene bekam ich über meine damalige Modelagentur, in der ich als Laufstegmodel und Catwalk-trainerin arbeitete. Ich hatte schon immer eine sportliche Figur und konnte mich auf der Bühne gut bewegen. Zwei Eigenschaften die auf der Fitnessbühne enorm wichtig sind. Gesagt, getan und schon stand ich völlig ahnungslos und unvorbereitet auf der Bühne bei der Deutschen Fitness Model Meisterschaft. Und siehe da, ich erreichte auf Anhieb den 3. Platz! Ich habe - wie man so schön sagt - Blut

geleckt und wollte „ehrgeizig wie ich bin, meine Leistung beim nächsten Auftritt verbessern. Ich begann mit intensivem Fitnesstraining und informierte mich immer mehr über den Profisport.

#### Wie liefen meine Vorbereitungen?

Ab sofort änderte ich meine Ernährung. Ich verzichtete weitgehend auf Kohlenhydrate und strich sämtliche Gewürze und vor allem Salz aus meinem Speiseplan. Auch meinen Schokoladenkonsum musste ich reduzieren... aber ich war fest entschlossen, beim nächsten Wettkampf eine noch bessere Figur abzugeben. Zusätzlich verbrachte ich immer mehr Zeit im Krafraum des Fitnessstudios. Ich wusste, dass man für schön geformte Muskeln auch mit schweren Gewichten trainieren muss.



**Der Tag auf der Bühne**

Nachdem ich die letzten paar Tage vor einem Wettkampf meine Kohlenhydratspeicher total entleert habe, lud ich sie am Wettkampftag wieder mit einem Mix aus Reis und Apfelmus auf. Dennoch war ich aufgrund der harten Vorbereitung immer total kaputt und versuchte möglichst lange und viel am Wettkampftag zu schlafen. Nach dem Aufstehen schmierte mich mein Mann mit der Bräunungscreme ein, damit die Muskeln im Scheinwerferlicht auf der Bühne noch besser zur Geltung kamen. Ich trank an diesem Tag kein Wasser mehr, damit meine Muskeln schön hart aussahen. Mit Kaugummi kauen versuchte ich die letzten Stunden vor dem Auftritt zu überstehen.

**Der Tag danach**

Ich wollte immer nur eins: Pizza!!! Ich liebe Pizza und ich habe sie Monate vor einem Wettkampf komplett aus meinem Speiseplan gestrichen. Daher war mein Verlangen nach Pizza jedes Mal so groß, dass ich noch am selben Abend spät in der Nacht meine Pizza wollte... und am nächsten Morgen dann ein ausgiebiges Frühstück. Da ich meist im Hotel über-



nachtete, freute ich mich jedes Mal riesig auf das schöne Frühstücksbuffet am Morgen mit Cappuccino, frischen Brötchen, Eiern, Lachs und vielen Dingen, auf die ich die letzten Wochen und Monate verzichten musste. Mein Körper war so leer, dass er alles sofort speicherte und ich schnell wieder 2-3 Kilos mehr auf die Waage brachte. Aufgrund der ganzen Strapazen brauchte mein Körper dennoch immer wieder eine gewisse Zeit, um in den Alltag zurück zu kehren. Wenn ich manche Lebensmittel für mehrere Wochen

aus meinem Speiseplan strich, war danach mein Verlangen nach ihnen auch nicht mehr so groß. Nur meiner geliebten Pizza konnte ich nie widerstehen. Meine größten Erfolge waren der zweimalige Sieg bei der Deutschen Meisterschaft in der Fitness Model Klasse, zwei Vize-Weltmeistertitel und der Sieg bei der FITGALA im Casino Linz, der für mich auch der schönste Wettkampf war. Ich gewann als erste Deutsche Athletin diesen Bewerb und es war rundum ein perfektes Wochenende. Wir hatten eine entspannte Anreise am Vortag, ein tolles Hotel im Casino, wo auch der Wettkampf stattfand, und ein wunderbares Wochenende mit meiner Familie, die mich begleitete. Der Wettkampftag war im Vergleich zu allen anderen Auftritten total easy. Ich konnte mich in aller Ruhe im Zimmer schminken und eincremen, und dann einfach mit dem Aufzug nach unten zur Veranstaltung fahren. Wer einmal einen Wettkampf mitgemacht hat, weiß wie sehr man an diesem Tag geschlaucht ist und jede Erleichterung Gold wert ist. Wir hatten eine wahnsinnig schöne Atmosphäre im Casino, ein tolles Team und eine tolle Stimmung unter den Athleten. Ach ja und sofort nach der Veranstaltung aß ich in Linz die beste Pizza meines Lebens.

**Mein Rat an alle Frauen:**

Sucht euch ein konkretes Ziel und fokussiert es. Egal ob es ein Wettkampf ist oder einfach nur der nächste Sommerurlaub am Strand oder eine Hochzeitsfeier. Wenn ihr eure Traumfigur wirklich erreichen wollt, schafft ihr es auch! Ich mache zwar keine Meisterschaften mehr, aber ich habe regelmäßig noch Fotoshootings für die ich mich ähnlich hart vorbereite und es ist jedes Mal wieder ein Beweis für mich, dass ich mit Willen und Disziplin meine Ziele erreichen kann!

[www.meinstudio21.de](http://www.meinstudio21.de)



# Frauenpower

## Warum gibt es keine weiblichen Formel 1 – Piloten?

**W**ien im November 2015. Der Standard widmet dem Umstand, dass die bis dato einzige weibliche Formel-1-Pilotin, Susie Wolff, das Handtuch wirft, einen beachtlichen Artikel. „Schottin beendet Karriere mangels Hoffnung auf einen Renneinsatz – Königsklasse muss weiter auf eine Frau am Steuer warten.“

In mancher Beziehung ist das schon bemerkenswert. Als

erfahrener Beobachter der Szene erinnere ich mich an die Zeiten, in denen über die Sinnhaftigkeit der Formel 1 ganz grundsätzlich diskutiert wurde. Argumente wie Benzinverschwendung, Lärmursache, Machogehabe wurden mehr oder

weniger erfolgreich ins Rennen geschickt. Wenn ich mich richtig erinnere, hat einer der erfolgreichsten österreichischen Formel-1-Piloten sein Ausscheiden aus dem Formel-1-Sport damit kommentiert, dass er es satt habe mit einem Auto „im Kreis zu fahren“.

Jetzt aber ist alles anders. Negativismen wie die oben erwähnten haben keine Gültigkeit mehr wenn es ums Gendern geht, - in diesem Zusammenhang wird die Formel 1 als eine erstrebenswerte Sache dargestellt und das Fehlen von Frauen als eine Ungerechtigkeit.



FOTO: SEPP PAUL MODEL: LISA WOLFF

Dabei kann man den Frauen nur gratulieren. Sie scheinen sich nämlich schlichtweg für den Rennsport nicht ausreichend zu interessieren. Vielleicht weil sie erkannt haben, dass es Wichtigeres gibt. Jede andere Erklärung ist rational nicht nachvollziehbar. Die Geschäftsinteressen der Formel 1 würden mit Sicherheit einer – erfolgreichen – Frau mit Freude Türen und Tore öffnen, denn die Ausweitung der Interessengruppen bedeutet bares Geld.

Das Argument des mangelnden Interesses ist allerdings nicht unumstritten. Manche Wissenschaftler sind der Meinung, dass beide Geschlechter dieselben Interessen haben müssen. Sollte das nicht so sein gibt es auch schon eine vorgefertigte Erklärung, nämlich eine fehlende Förderung und die nicht egalitäre (geschlechtsneutrale) Erziehung. Dies ist der in dieser Frage herrschende Mainstream und vor allem auch die Medienrealität. Die Wirklichkeit sieht allerdings komplett anders aus.

Tatsächlich gibt es geschlechtstypische Unterschiede in der Interessenlage von Männern und Frauen: will heißen Männer und Frauen interessieren sich durchschnittlich für unterschiedliche Dinge. „Durchschnittlich“ wohl gemerkt, denn tatsächlich ist die Gehirnfunktion auch von der Ausstattung mit Sexualhormonen abhängig, die allerdings wieder eine große Schwankungsbreite besitzt. Deswegen wird der Übergang zwischen den Geschlechtern als „fließend“ wahrgenommen.

Neben der Formel 1 gibt es natürlich noch andere Bereiche, die als Beweise für diese Behauptung gelten können. So ist das Verteidigungsministerium sehr bemüht weibliche Soldaten zu rekrutieren, wohl um das politische Ziel der Geschlech-

teregalität voran zu treiben. Leider nicht mit großem Erfolg. Es gibt beim Bundesheer zwar jede Menge Frauen, die aber entweder auf zivilen Posten sitzen - und nicht Gefahr laufen jemals mit der Waffe in den Krieg ziehen zu müssen - oder aber soziale Berufe bekleiden, zum Beispiel als Ärzte in der Sanität. Frauen, die sich allen Ernstes im Krieg behaupten wollen sind erfahrungsgemäß selten, und – so ist meine Sichtweise – das spricht FÜR die Frauen und nicht gegen sie.

Facit: trotz aller Bemühungen von Seiten des offiziellen Österreich gibt es kaum weibliche Soldaten, weil sich die Frauen nicht dafür interessieren. Und: das wird sich auch nicht so schnell ändern.

Selbstverständlich gibt es auch umgekehrte Beispiele, denn nicht in allen Bereichen des Lebens sind die Frauen in der Minderheit. So gibt es ein eklatantes Defizit der Männer im Erziehungsbereich, kaum noch männliche Pflichtschullehrer und auch die Medizin wird zunehmend weiblicher. Nur wenige Prozent der sich in Ausbildung befindlichen Lehrer an den Pädagogischen Universitäten sind männlich und etwa 70% der Medizinabsolventen sind weiblich, Tendenz steigend. Wie schon gesagt: Frauen und Männer besitzen unterschiedliche Interessen und erlauben sich auch unterschiedliche Lebensziele, ganz abgesehen davon, dass Bereiche in denen die Männer im Nachteil sind kaum Beachtung finden. Aber das ist eine andere Geschichte.

Zurück zum Beginn: Machtkämpfe aus zu tragen, Rivalen aus zu schalten, Hierarchien zu etablieren und auf deren Einhaltung zu pochen ist und bleibt typisch männlich. Und eben deshalb ist die Formel 1 männlich und wird es auch bleiben.



MR DR. GEORG PFAU  
Männerarzt

## MÄNNERSPRECHSTUNDE

Gesundheitsmedizin, Hormonbehandlung, Vorsorge Beratung bei allen Fragen zur männlichen Sexualität

## BOY`S HEALTH

Beratung zu allen Fragen der männlichen Adoleszenz

## COMING-OUT-SPRECHSTUNDE

Beratung bei Fragen zur sexuellen Orientierung. Entwicklung von Coming-Out-Strategien

## SYNDIASTISCHE SEXUALMEDIZIN

Beratung bei Problemen innerhalb der Beziehung; Paartherapie

## VORTRÄGE UND SEMINARE

Vorträge zu den Themen Männergesundheit, Sexualität, Beziehung

## MR DR. GEORG PFAU

Sexualmediziner, Männerarzt  
Mitglied der Akademie für Sexualmedizin in Berlin  
Member of the Austrian Society for Sexual Medicine  
4020 Linz, Franckstrasse 23  
Tel. +43 (0) 699 1788 70 50  
Email an: georg.pfau@aon.at;  
www.maennerarzt-linz.at  
Terminvereinbarung unbedingt erforderlich!

[www.facebook.com/derMaennerarzt](http://www.facebook.com/derMaennerarzt)



# Lukas Kaufmann

## Zielgerichtet nach vorne

**M**it seinen erst 21 Jahren gehört der Oberösterreicher Lukas Kaufmann schon zu den besten Mountainbikern Österreichs. Atypisch für sein Alter, hat sich der junge Sportler den Extremdistanzen im Mountainbikesport verschrieben. Bei Europas härtestem und international topbesetzten Mountainbike-Marathon, der Salzkammergut-Trophy über 211km und 7500 Höhenmeter, belegte Lukas Kaufmann dieses Jahr den sensationellen 21. Gesamtrang und Platz

3 in seiner Klasse. Bei den österreichischen U23-Staatsmeisterschaften 2015 belegte er den dritten Platz. Sein bisher größter Erfolg, neben der WM-Teilnahme im Cross-Country Bewerb 2012, war der Sieg beim „Granitbeisser“-Marathon 2014. Ausdauer, Kraft und ein extrem starker Wille sind Grundsäulen für seinen Erfolg – nach einer anstrengenden und körperlichen fordernden Saison steht für ihn die Vorbereitung und die trainingsintensive Zeit schon wieder unmittelbar bevor. Im persönlichen Interview mit FITNESSNEWS gibt der sympathische Sportler interessante Einblicke in seinen Trainingsalltag und einen Ausblick auf die Saison 2016.

**FITNESSNEWS: Lukas, Dein Rückblick auf die Saison 2015?**

**Kaufmann:** (lacht) „21 Rennwochenende von April bis September – dazwischen Training, Vorbereitung und mein Job! Das erfordert enorme Planung, absolute Präzision in allen Bereichen und natürlich die vollste Unterstützung meines „gooix MTB Racing Teams“ und meiner Familie. Ich war sehr gut vorbereitet auf diese Saison und konnte meine gesteckten Ziele auch „fast“ alle erreichen.“

**FITNESSNEWS: 2016 stehen wieder große Ziele an – wie bereitest Du Dich über den Winter auf die kommende Saison vor?**

**Kaufmann:** „Grundlagenausdauer und konstant hohes Leistungsniveau über einen langen Zeitraum sind unabdingbar für meinen Sport – die hole ich mir im Herbst und Winter am Wochenende beim Berglauf und Skaten. Unter der Woche sitze ich 4-5mal die Woche für 6-7 Stunden am Ergometer mit unterschiedlichsten Trainingsprogrammen die ich gemeinsam mit unserem Ärzteteam zusammengestellt habe. Kurze Kräfteinheiten im Fitnessstudio für Rumpf- und Oberkörpermuskulatur 2-3mal die Woche runden mein Programm ab.“

**FITNESSNEWS: Welche Rolle spielt für dich die richtige Ernährung in der Vorbereitungszeit und während dem Wettkampf?**

**Kaufmann:** „Enorm wichtig – ich bin grundsätzlich ein richtiger „Genießer“ beim Essen und kann das auch gerade in der Vorbereitungszeit so ausleben. Ich weiß, was meinem Körper und mir gut tut und was mich stärker macht. Bei der Salzkammergut-Trophy über 211km habe ich während dem Wettkampf über 14.000kCal zu mir nehmen müssen. Ich habe spezielle Getränkemischungen und Powerriegel, die mir die notwendige Kraft geben.“

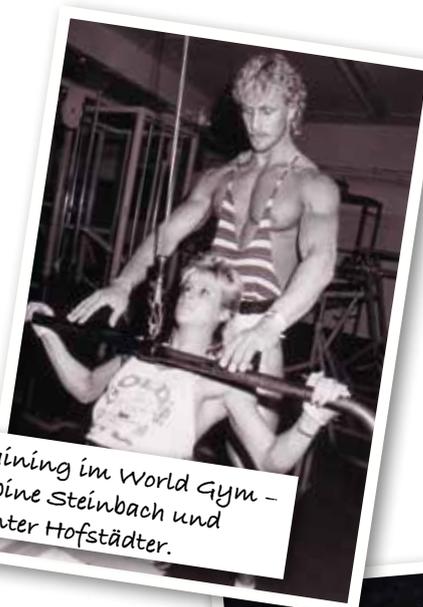


The logo for 'gooix' features a stylized, metallic-looking bird or wing shape above the brand name 'gooix' in a bold, lowercase, sans-serif font.

# LAS VEGAS 1986

Vor 29 Jahren fanden im Spielerparadies Las Vegas die NABBA Bodybuilding Weltmeisterschaften statt und der Österreichische Verband schickte damals ein starkes Team nach Amerika. Bevor es in Las Vegas zur Sache ging, war die ganze Mannschaft eine Woche lang in Santa Monica, wo die letzten Vorbereitungen für den Wettkampf getroffen wurden. Trainiert wurde natürlich im legendären World Gym. Sogar Arnold Schwarzenegger kam, obwohl er gerade mit Filmarbeiten beschäftigt war, um seine Landsleute zu treffen und ihnen viel Erfolg zu wünschen. Begleitet wurde das Team vom bekannten Filmemacher Herbert Martinschitz und Kameramann Ferdi-

nand Krainer, die für den ORF einen halbstündigen Fernsehbericht drehten. Die Weltmeisterschaft war in allen Klassen äußerst stark besetzt und es war nicht leicht einen Finalplatz zu erreichen. Bevor es wieder zurück ging, stand noch der Besuch der einzigartigen Show von „Siegfried & Roy“ am Programm.



Training im World Gym - Sabine Steinbach und Günter Hofstädter.



Hermine Klinger in absoluter Topform.



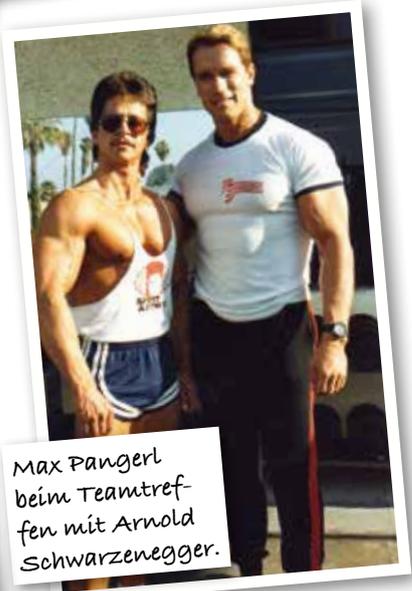
Christian Janatsch (2. v. l.) beim Vergleich in der Männerklasse I.



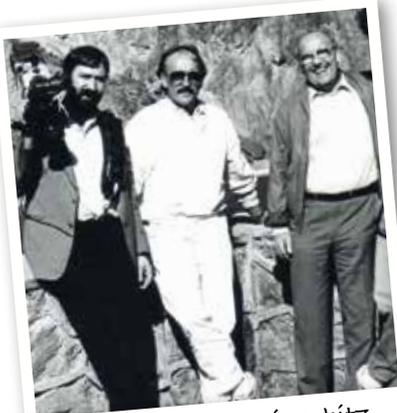
Karl Hauer, Günter Hofstädter, Max Pangerl und Sabine Steinbach.



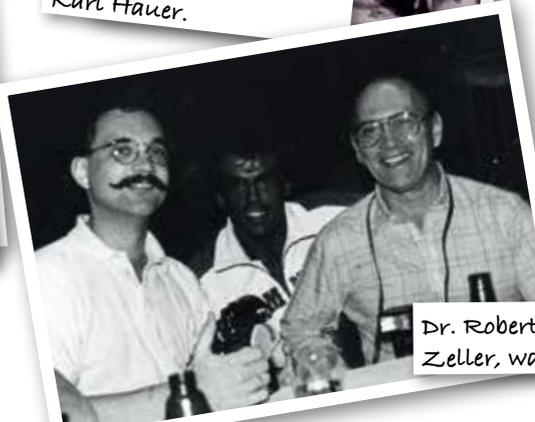
Posing am Muscle Beach von Santa Monica - Karl Hauer.



Max Pangerl beim Teamtreffen mit Arnold Schwarzenegger.



Filmemacher Herbert Martinschitz, Peter Papula, damals NABBA Präsident, Professor Alfred Gerstl.



Dr. Robert Huber (links), im Bild mit Art Zeller, war als Fotojournalist mit dabei.

# FOTOKUNST

by Günter Hofstädter



FOTOS: GÜNTER HOFSTÄDTER  
MODEL: CARMEN STAMBOLI

# FITGALA

## 2016

  
**CASINO LINZ**

Das Erlebnis.

**Samstag,**

**12. März**

**Beginn: 19.30**

## TREFFPUNKT DER FITNESSBRANCHE

Mit der Verleihung der ADONIS FITNESS AWARDS.  
Dem FITNESS MODEL® International Contest.  
und vielen interessanten und prominenten Gästen.

Die FITGALA findet heuer bereits zum 12. Mal statt  
und war in den vergangenen Jahren jeweils ausverkauft.  
Sichern Sie sich rechtzeitig ihr VIP-Ticket  
inkl. Buffet und Getränke um € 49,-



**Infos und Kartenbestellungen:**  
**office@fitnessnews.at . Tel.: 0650/24 36 389**

# Danke

Wir wünschen all unseren Freunden  
und Geschäftspartnern  
ein besinnliches Weihnachtsfest  
und alles Gute fürs Jahr 2016.

Euer FITNESSNEWS Team



# Rainer Stoss

## Österreichs 3. Mister Universum

Nach Arnold Schwarzenegger (1967) und Mohamed Mustafa (1992) holte sich der Vorarlberger Rainer Stoss heuer den begehrten NABBA Mister Universe Titel. In Southport, England begeisterte er nicht nur die Zuschauer, sondern auch die strenge Fachjury, die ihn der Männerklasse 2 auf den ersten Platz wertete.

**E**in großartiger Erfolg für den sympathischen Athleten, der schon bei der Qualifikation, zwei Wochen zuvor beim Austrian Open in Rum in Tirol, den stärksten Eindruck aller österreichischer Teilnehmer hinterließ. Für den Saison-Höhepunkt in England holte er dann nochmals das letzte aus sich heraus. Wir stärken nicht nur die Muskeln, sondern auch den Geist. Mit Josef Fleck hat Rainer Stoss einen starken Mental- und Erfolgstrainer an seiner Seite. „Josef Fleck hat mich aus dem geistigen Käfig meiner Begrenzungen befreit, indem er meine Gedanken, Gefühls- und Sprachmuster mit speziellen Techniken zum Positiven verändert hat.

Wir haben gemeinsam für mich den bestmöglichen Energie- und Seinszustand definiert und daran gearbeitet, ihn zu erreichen. Ich kann ihn heute innerhalb von ein paar Millisekunden abrufen“, so der ambitionierte Sportler. Seinem Mentaltrainer war klar, dass Rainer den sportlichen Durchbruch schafft, denn, so Fleck, „er trainiert seinen Körper mit gleich großer Konsequenz wie seine Geist“. Von Beruf ist Rainer Stoss als Personal- und Fitnesstrainer, Ernährungsberater und Wettkampfbetreuer tätig. Sein Hobby hat er also schon zu seinem Beruf gemacht. Baldmöglichst möchte er in Vorarlberg aber sein eigenes Fitness-Studio eröffnen und

dafür hat er schon ganz konkrete Vorstellungen. Seine Lebensgefährtin Tamara Vock und Tochter Deliah (6 Jahre) sind natürlich besonders stolz auf den frischgebackenen Mister Universe.



Rainer Stoss mit Lebensgefährtin Tamara Vock und Mentaltrainer Josef Fleck.

### MISTER UNIVERSUM

#### Die Mister Universe Wahl

ist die traditionsreichste Bodybuilding-Veranstaltung die seit 1947 von der National Amateur Bodybuilders Association ausgetragen wird. Die Klasseneinteilung der Athleten erfolgt nach Körpergröße. Legenden wie John Grimek, Steve Reeves, Reg Park, Arnold Schwarzenegger, Bill Pearl, Bertil Fox oder John Brohn, um nur ein paar der klingenden Namen aufzuzählen, haben sich in die Siegerlisten eingetragen. Was die wenigsten wissen, auch James Bond Darsteller Sean Connery, der in jungen Jahren ein begeisterter Bodybuilder war, stand beim Universe Contest 1950 auf der Bühne und belegte dabei den beachtlichen 3. Platz.

Bei seinem erst 6. Wettkampf holte sich Rainer Stoss den begehrten Mister Universum Titel.

messegelände köln

# TAKE IT TO THE NEXT LEVEL AT FIBO: 7 – 10 APRIL 2016



**FIBO**  
**POWER**

**POWER**  
join the  
force.

TAGESKARTEN FÜR PRIVATBESUCHER NUR IM ONLINE-VORVERKAUF.  
FÜR FACHBESUCHER AUCH AN DER TAGESKASSE ERHÄLTlich.  
europas größter treffpunkt der bodybuilding-, kraftsport- und kampfsportszene

# AKTIVIEREN SIE IHRE MITGLIEDER. LAUFSTRECKEN AUF DEM LAUFBAND NACHLAUFEN MIT MYRUNNING LOGBOOK UND UNITY™



## DIE NEUE UNITY™ CARDIO-PLATTFORM UM AUF DER STRECKE ZU BLEIBEN

MyRunning Logbook ermöglicht es, jede beliebige Laufstrecke, die draußen im Freien gelaufen wird, auf dem Laufband nachzuvollziehen. Die Strecke kann mit den beliebten Tracking-Apps, wie RunKeeper oder Strava, über das Mobiltelefon aufgezeichnet werden und anschließend über die mywellness cloud auf das UNITY™ Display eines Kardiogerätes von Technogym übertragen werden. MyRunning Logbook gibt dabei nicht nur die gelaufenen Kilometer, sondern auch die Geschwindigkeit und die Höhenunterschiede wieder.