



MEDIENINFORMATION

Dritter Internationaler Nordic Walking Kongress vom 9. bis 10. April 2005 in Bad Tatzmannsdorf

Die Lauf- und Walking Arena Bad Tatzmannsdorf veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Fachhochschul-Studiengang Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung in Pinkafeld sowie der Nordic Walking Organisation (NWO) erneut den einzigen Nordic Walking Kongress in Europa.

Eisenstadt, 05. April 2005. Nordic Walking ist eine Bewegungsform, die nahezu 90 % der Muskulatur in Anspruch nimmt. Nicht der sportliche Aspekt, sondern der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund. Damit werden **in Österreich mittlerweile 800.000 Personen** angesprochen, die bisher vor sportlicher Tätigkeit zurückschreckten. Nordic Walking ist bestens dazu geeignet, den eigenen Körper fit zu halten, ohne sich überanstrengen zu müssen. Es gibt keinen Leistungsdruck – jeder wählt sein Tempo, den Schwierigkeitsgrad und die Dauer des Trainings selbst. Kinder und Senioren, Trainierte und Couch-Potatoes, Übergewichtige und Untergewichtige – einfach jeder kann Nordic Walking schnell erlernen.

Das **Thema** des diesjährigen Kongress lautet „**Nordic Walking – eine Innovation mit Nachhaltigkeit**“ und wird die Bedeutung dieser Gesundheitsbewegung nicht nur für die Sportbranche sondern vor allem für Medizin, Therapie und Gesundheitsförderung durch wissenschaftliche Vorträge untermauern. Im Vortragsblock Medizin werden die neuesten Studien der Anwendung des Nordic Walking in der Rehabilitation, Reise- und Höhenmedizin sowie in der Osteoporosetherapie beleuchtet. Die zur Zeit heftig diskutierte richtige Stocklänge und die optimale Ausrüstung wird mit internationalen Wissenschaftlern in den folgenden beiden Vortragsblöcken zu interessanten Erkenntnissen für die Trainingspraxis führen. Im letzten Vortragsteil werden innovative Projekte, in denen Nordic Walking eine tragende Rolle spielt, aus den Bereichen Tourismus, Gesundheitsförderung und Gewichtsreduktion vorgestellt. Ein Höhepunkt ist hier bestimmt der Vortrag des zweifachen Olympiasiegers im Skisprung Jens Weissflog, der in Oberwiesenthal ein Nordic Walking Zentrum nach Vorbild der Lauf- & Walkingarena aufgebaut hat.

Am 2. Kongresstag werden interessante **Praxis-Workshops** zum Thema Nordic Walking und innovativer Weiterentwicklungen angeboten. Gleichzeitig findet eine Ausstellung aktueller Neuigkeiten am Nordic Walking Sektor statt. Den Abschluss der beiden Kongresstage bildet mit Start am 10.4. um 14.00 Uhr eine 5 KM Nordic Walking Parade, zu der auch die Bevölkerung recht herzlich eingeladen ist.

Maßgeblich an der **Organisation** des 2. Nordic Walking Kongresse ist der **Fachhochschul-Studiengang Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung** in Pinkafeld beteiligt. Die Studierenden dieses praxis- und projektorientierten Studiums, das Wirtschafts- und Rechtswissenschaften, Humanbiologie und Gesundheitswissenschaften, Technik,



Gesundheitsmanagement und soziale Kompetenz verbindet, sammeln durch ihre Mitarbeit wertvolle Erfahrung in den Bereichen Veranstaltungsplanung, Sponsoring, Werbung und Eventmanagement. „Das ist ein gelungenes Beispiel für die Zusammenarbeit zwischen den Organisationen in der Gesundheitsbranche und den Fachhochschulstudiengängen Burgenland“, meint **Studiengangsleiter** und **Bestsellerautor** Dr. **Erwin Gollner**.

Zwei Tage lang finden sich neben Wissenschaftlern, Medizinern, Therapeuten, Trainer und Ausstellern die Nordic Walking Förderer ein und untermauern damit die Bedeutung der Tourismusgemeinde Bad Tatzmannsdorf für die Entwicklung dieser Gesundheitsbewegung.

Das Programm setzt sich wie folgt zusammen:

Samstag, 09. April 2005

Block I: Medizin

Erste messbare Resultate über die positiven Auswirkungen des Nordic Walking

Block II: Biomechanik

Biomechanische Einflussgrößen auf die Nordic Walking Technik

Block III: Equipment

Wissenswertes über funktionelle Bekleidung und Schuhwerk

Block IV: Innovation

Erneuerungen und Zukunftsvisionen z.B. Nordic Walking Öko Trail

Vortrag vom 2-fachen Olympiasieger im Skisprung Jens Weissflog

09:00 – 18:30 Nordic Walking Messe – Ausstellung und Produktpräsentation Neueste Produkte und Ausrüstung für Nordic Walker

Sonntag, 10. April 2005

Wokshops

Für die Teilnehmer werden mehrere Workshops zu verschiedensten Themenbereichen angeboten. Z.B. Nordic Skating, Training mit Herzfrequenzmessgeräten, Stressmanagement und Biofeedback, Gymnastik – Innovationen für Nordic Walker

13:00 – 14:00 Kaiserschmarrnparty 14:00 – 15:00 Nordic Walking Parade
--

Informationen zum Programm finden Sie auf **www.laufarena.at**.

Die Fachhochschulstudiengänge Burgenland bieten an den Standorten Eisenstadt und Pinkafeld ab Herbst 2004 rund 1.150 Studierenden in vier Kernkompetenzbereichen (Wirtschaft mit Schwerpunkt Mittel- und Osteuropa, Informationstechnologie und -management, Energie-Umweltmanagement, Gesundheit) eine praxisorientierte Berufsausbildung auf Hochschulniveau. Mehr Information unter **www.fh-burgenland.at**.

Rückfragehinweis:

Fachhochschulstudiengänge Burgenland Ges.m.b.H
Mag. Marchhart Peter (Information und Kommunikation)
Tel.: 05-9010 60 125 / E-Mail: presse@fh-burgenland.at

Fachhochschulstudiengänge Burgenland Ges.m.b.H.

Campus 1 Tel.: +43 (0)5 9010 609-0 E-mail: office@fh-burgenland.at
7000 Eisenstadt Fax: +43 (0)5 9010 609-15 www.fh-burgenland.at