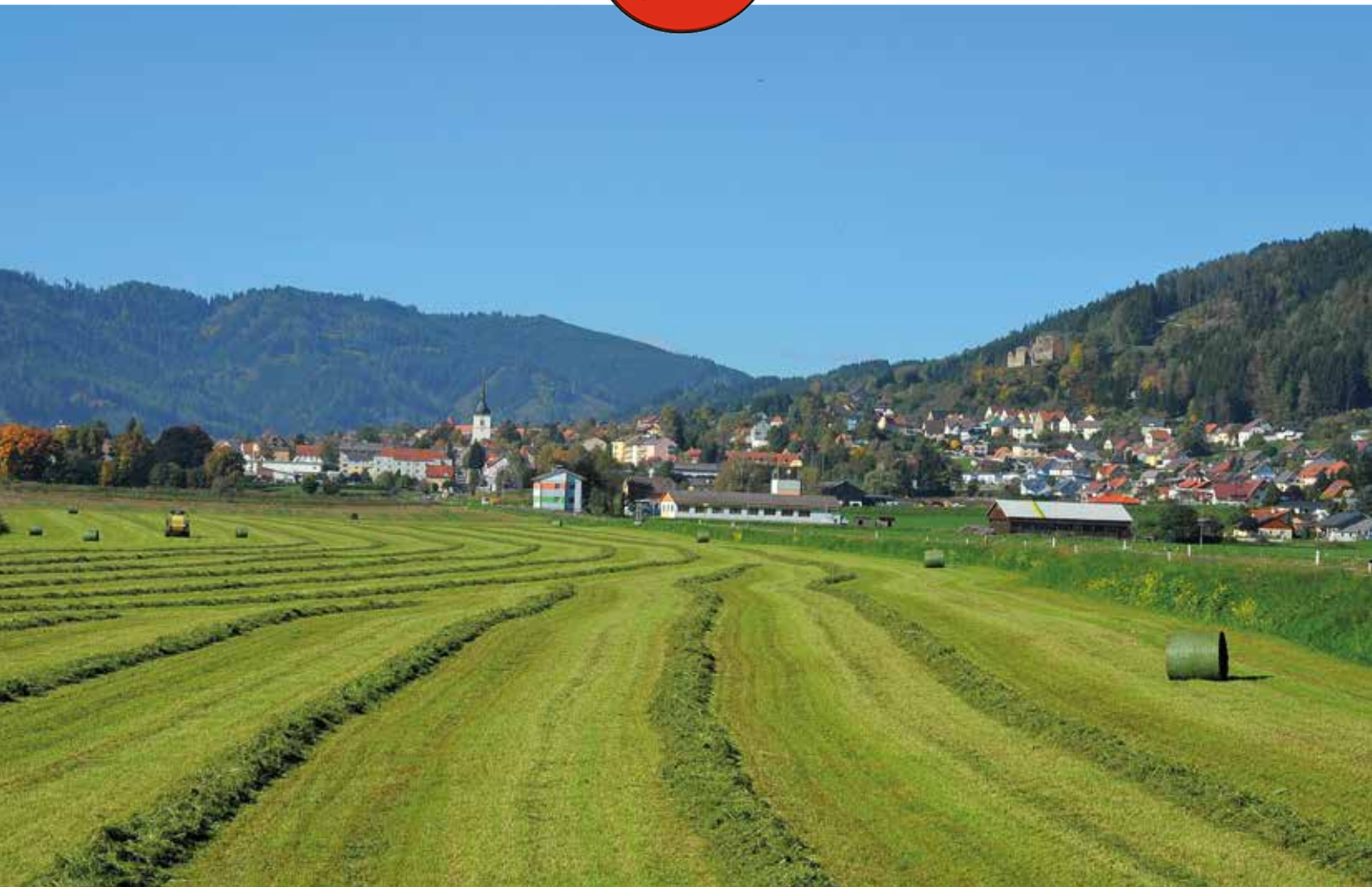




Regionalität



Gesundheit



Abgesehen davon ist es ein weiterer Schritt in die Unabhängigkeit von internationaler Angebots- und Preisgestaltung.

Das Thema Nahversorgung sollte sich nicht auf die Nähe zur nächsten Supermarktfiliale beschränken, sondern vielmehr auf das Vorhandensein von Bäckereien, einem Fleischer oder auch dem Hofladen. Vom Friseur über die Trafiken bis hin zur ärztlichen Versorgung.

Wir haben das große Glück noch alles im Zentrum zu haben.

„Regionalität ist nicht einfach nur eine Modeerscheinung, oder eine Reaktion auf eine Ausnahmesituation. Sie ist eine Lebenseinstellung, ein permanentes Bedürfnis, das durch die Verwurzelung mit der Region, der Natur und den Menschen geboren wird.“

Mit neuen Ideen wollen wir dem Aussiedlungstrend entgegenwirken- und genau das Gegenteil bewirken.

Bitte werden auch sie Teil dieser Strategie und unterstützen sie unsere regionalen Anbieter.



lichst

Ihr Gernot Lobnig



GR Markus Brunnhofer
Umweltreferent

10 gute Gründe für Regionalität!

1) Umweltschutz

Regionale Produkte werden vor Ort hergestellt und im besten Fall vor Ort konsumiert. Das bedeutet, dass der Weg zwischen Herstellung und Verbrauch vergleichsweise sehr gering ist. Die Produkte werden nicht erst einmal um die Welt geflogen/gefahren/geschifft, sondern legen nur sehr kurze Strecken zurück. Das hat den Vorteil, dass wir mit dem Kauf von regionalen Produkten auch gleichzeitig unsere Umwelt schützen, denn kurze Wege bedeuten auch weniger CO₂ Ausstoß.

2) Stärkung der regionalen Wirtschaft

Bei der Entscheidung für den Kauf regionaler Produkte tust du nicht nur etwas Gutes für die Umwelt. Man kann hier noch viel weiter gehen und die Frage stellen, was denn eigentlich mit dem Geld passiert, dass wir für eben dieses regionale Produkt ausgegeben haben?

Hinter den meisten Produkten im Supermarktregal stehen große Firmen und oft weltweit vertretene Konzerne, die ihre Verkaufserlöse oft nicht oder nur zu Bruchteilen vor Ort versteuern und auch nicht zwangsweise Arbeitsplätze in der region schaffen oder in unsere wirtschaft investieren.

Kauft man hingegen ein regionales Produkt, geht dein Geld an einen ansässigen Erzeuger aus deiner Region, die Einnahmen werden hier vor Ort versteuert und kommen somit der Gemeinschaft zugute. Außerdem können die Erzeuger ihrerseits das verdiente Geld wieder in der Region ausgeben, für einen Handwerker, einen Restaurantbesuch oder auch wieder für regionale Produkte. Es ist also ein Kreislauf, bei dem das Geld in der Region bleibt, Arbeitsplätze erhalten und geschaffen werden können.

3) Transparenz

„Wer und woher?“ – Wissen woher ein Produkt kommt und wer es produziert: Das ist im Supermarktregal und bei Produkten von großen Konzernen oft nicht möglich. Bei regionalen Produkten sieht das ganz anders aus und ermöglicht die passende Antwort. So kannst du ganz einfach nachvollziehen wo dein Produkt hergestellt wird und welche Menschen hinter deinem Produkt stehen.

4) Wertschätzung

Die Wertschätzung kommt bei regionalem Konsum sowohl den Produkten als auch der Arbeit „hinter“ den Produkten zu, da sich der Verbraucher mehr mit den Produkten beschäftigt. Wenn wir uns bewusst für einen Artikel entscheiden, wir uns informieren anstatt blind durch die Supermarktregale zu irren, steigert das die Wertschätzung für diese Produkte. Gleiches gilt für die Arbeit der Erzeuger.

Kaufst du ein regionales Produkt bedeutet das, dass du die Arbeit und die Qualität wertschätzt, die der Erzeuger aufwendet, um ein solch tolles Produkt anbieten zu können.

5) Unabhängigkeit und Sicherheit

Regionale Produktion und der Konsum von regionalen Produkten reduziert die Abhängigkeiten von globalen Handelsstrukturen. Diese

Abhängigkeit haben wir in der Vergangenheit öfter zu spüren bekommen, egal ob Produkte durch geopolitische Maßnahmen, wie Einfuhrbeschränkungen oder Zölle, teurer werden oder durch die Pandemie oder Transportunfälle zeitweise überhaupt nicht verfügbar sind oder lange Verzögerungen bei der Lieferung haben. Diese Probleme gibt es bei dem Prinzip „Aus der Region, für die Region“ erstmal nicht. Wir sind nicht abhängig von politischen Launen anderer Länder und Institutionen.

6) Qualität der Produkte

Zu wissen, woher Produkte kommen und wer sie herstellt, ist ein enormer Vorteil und gibt gleichzeitig auch besseren Aufschluss und Sicherheit über die Qualität der Produkte. Regionale Erzeugnisse, egal ob Lebensmittel, Schnaps oder Kunsthandwerk, sind in aller Regel qualitativ sehr hochwertig. Es geht nicht um Massenware, um möglichst günstige Herstellung und möglichst kurze Durchlaufzeiten – hier steht das Produkt und die Qualität des Produktes im Vordergrund. Schluss mit Billigware – her mit Qualität!

7) Bewahrung der Kultur

Der Kauf regionaler Produkte stärkt die heimische Landwirtschaft und das Handwerk. Wichtige Kulturlandschaften und Traditionen bleiben so erhalten und können gefördert werden. Kaufst du regional, hilft das also auch dabei, regionale Spezialitäten und kulturelle Traditionen zu bewahren und vor der Vergessenheit zu schützen.

8) Vielfalt

Wenn wir Produkte nicht mehr bei großen Konzernen kaufen sondern bei mehreren kleinen Erzeugern, hilft das die Vielfalt der Produktauswahl zu steigern. Wir wollen nicht irgendwann vor der Situation stehen, dass es nur noch ein paar verschiedene Produkte von einigen wenigen Herstellern

gibt. Wir leben in einer vielfältigen Gemeinschaft und Kultur, und so sollten wir Wert darauf legen, eben diese Vielfalt auch bei den Produkten zu bewahren, die wir tagtäglich kaufen und mit denen wir uns identifizieren.

9) Identität und Zugehörigkeit

Wir sind ,was wir kaufen. Kann man das so sagen? Ich denke schon, zumindest kann zugegeben werden, dass wir uns über die Dinge identifizieren, die wir kaufen und uns durch den Kauf einer gewissen Marke einer bestimmten Gruppe zugehörig fühlen wollen.

Produkte geben also auch Halt und Identität in einer schnelllebigen und zunehmend anonymisierten Welt.

Es ist etwas zutiefst menschliches, nach Zugehörigkeit, nach Gemeinschaft und Identität zu streben. Regionale Produkte bieten genau diese Zugehörigkeit. Was drückt stärker die eigene Heimatliebe aus, als Produkte aus der eigenen Heimat zu kaufen.

10) Das gute Gefühl beim Einkaufen!

Als Zusammenfassung all dieser Vorteile kann gesagt werden: Das beste am Kauf regionale Produkte ist doch das gute Gefühl danach, oder?

„Ich habe regional eingekauft – ich habe etwas Gutes getan!“

Und diesen Vorteil verspüren wir vielleicht sogar am schnellsten und wirkt für uns persönlich am stärksten, denn ist es nicht ein herrliches Gefühl regional eingekauft zu haben, die Umwelt zu schützen, Sicherheit zu haben, gute Qualität zu bekommen, sich Zugehörig zu fühlen und die regionale Wirtschaft zu stärken!



Gernot Lobnig
Bürgermeister

Liebe Leserin, lieber Leser!

Regionalität, ein Wort, dass überall verwendet - leider aber zu wenig mit Leben befüllt wird.

Genau dem wollen wir mit der Herausgabe dieser Broschüre entgegenwirken.

Die nächsten Seiten zeigen sehr eindrucksvoll, welche Leistungs- aber auch Angebotspalette regional zur Verfügung steht. Sowohl im Bereich der Ab Hof Produzenten und unserer Nahversorger aber auch im gesamten Gesundheitsbereich.

Mit regionalem Einkauf und regionaler Dienstleistungsnutzung sichern wir nicht nur die Arbeitsplätze vor Ort, sondern schaffen auch eine Verbesserung unserer CO₂-Bilanz.

Bäckerei – Konditorei – Cafe Wildbacher Eine Traditionsbäckerei im Murtal

In der Bäckerei Wildbacher wird seit 1965 die Tradition des ursprünglichen Backens aufrechterhalten. Unsere Produktpalette, die sich in den letzten Jahrzehnten laufend weiterentwickelt hat, umfasst diverse Brotsorten, die mit selbst gemachtem Sauerteig, ohne Konservierungsmittel erzeugt werden. Weiters beinhaltet unser Sortiment neben sämtlichen Weißgebäcken auch alle Arten von Weckerl, wie zum Beispiel Kornspitz, Wachauer, Dinkelgebäck und vieles mehr.

Unsere süßen Köstlichkeiten, wie Punschkrapfen, Schaumrollen, Plundergebäck, Krapfen etc. werden ausschließlich in Handarbeit gefertigt. Die Mehlspeisen können nicht nur mitgenommen, sondern auch vor Ort in unserem Kaffeehaus konsumiert werden. Zudem finden Sie bei uns viele verschiedene Kekssorten nach hauseigenen Rezepten. Für Ihren Sonntagskaffee eignen sich ebenso unsere Marmorkuchen, Brioche-spezialitäten, Nuss- und Mohnpotizen sowie Reindlinge.

Wir freuen uns schon auf Ihren Besuch!

Hier finden Sie einen Teil unserer täglichen und saisonalen Highlights:

- Täglich frisches Sauerteigbrot (Schwarzbrot, Dinkelbrot und Vollkornbrot).
- Brioche-spezialitäten und Plunderspezialitäten (Nusskipferl, Topfentasche, Schaumrolle etc.)
- Faschingskrapfen
- Weihnachtskekse nach altem Hausrezept
- Allerheiligenstriezel, Kletzenbrot und Christstollen
- Osterbrot und Osterpinze
- Hochzeitstorten, Tauforten, Geburtstagstorten



Bäckerei – Konditorei - Cafe

Wildbacher Bernd
Hauptstraße 32c
8753 Fohnsdorf
Tel.: 03573/22 64

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo-Fr: 06:00 – 12:30 Uhr
15:00 – 18:00 Uhr
Sa: 06:00 – 12:00 Uhr
So: Ruhetag

E-Mail: baeckerei.wildbacher@outlook.com

HOFLADEN

Petras Hofladen

Petra's Hofladen mit seiner zentralen Lage am Hauptplatz Fohnsdorf bietet regionale Wurst- und Selchwaren, regionale Öle, regionale Milch- und Käseprodukte, heimisches Obst und Gemüse, köstliche Mehlspeisen und Bäckereien, regionale Fruchtsäfte und Apfelweine...etc. „Schmankerlplatte“ auf Bestellung.

ÖFFNUNGSZEITEN:

Do. 09 bis 17 Uhr
Fr. 09 bis 17 Uhr
Sa. 09 bis 12 Uhr



Petra Egger

Petra's Hofladen Hauptstraße 1/1
8753 Fohnsdorf Tel.: 0664/1454064
E-Mail: petrashofladen@gmail.com



AB HOFVERKAUF

Erdäpfelkastl

Familie Temnitzer vlg. Sterzbauer

Festkochende und mehligke Speisekartoffel in allen Größen und Gewichtseinheiten auf Wunsch erhältlich.

Normalgebinde abgefüllt mit 5 kg ist täglich in unserem Selbstbedienungs- „Erdäpfelkastl“ erhältlich (in unserer Hofeinfahrt in der Schlossgasse). Um Ehrlichkeit wird gebeten, da das Erdäpfelkastl auf Vertrauensbasis basiert.

Erdäpfelkastl

Fam. Temnitzer vlg. Sterzbauer
Judenburgerstraße 22. 8753 Hetzendorf
Zufahrt zum Erdäpfelkastl über Schlossgasse
Tel.: 03573/22 64
E-Mail: amin.temnitzer@gmx.at



Um Vorbestellung bei größeren Mengen wird ersucht!

AB HOFVERKAUF

Wagyu Murtal - Inhaber Markus Lanz

vlg. Pirkner

Ein Genuss für den Gaumen, unfassbar zart!

Fleisch vom exklusiven Wagyu (Kobe) Rind. Wagyu Murtal Rinder der Familie Lanz werden in liebevoller Zucht am Hof in Rattenberg aufgezogen. Weidetierhaltung im Sommer und Tiergesundheit stehen an erster Stelle. Die Tiere werden so stressfrei wie möglich erlegt und von einem regionalem Fleischer verarbeitet.

Unser Angebot:

Steaks:

Wagyu-Filet, Wagyu-Rumpsteak, Wagyu-Rib-Eye Steak, Wagyu-Hüftsteak, Wagyu-Flat Iron Steak. Wagyu-Skirt Steak

Für den Smoker (auf Vorbestellung):

Tafelspitz, Wagyu-Braten

Hausmannskost:

Wagyu-Faschiertes, Wagyu-Leberkäse, Wagyu-Leberknödel.

täglich geöffnet
Bitte tel. Vorbestellungen



WAGYU Murtal
Inh. Markus Lanz vlg. Pirkner
Hüttenweg 3
8753 Rattenberg.
Tel: 0664/2043883 oder 0664/6360710
E-Mail: info@wagyu-murtal.at



www.wagyu-murtal.at



Geflügelhof Kaltenegger-Felfer

Unser Betrieb befindet sich in Rattenberg bei Fohnsdorf mitten im obersteirischen Aichfeld und wird in Form eines traditionellen Familienbetriebes von der Familie Martin und Bettina Kaltenegger geführt.

Wir haben vor ca. 50 Jahren von Milchwirtschaft auf Geflügelhaltung umgestellt und betreiben neben der Eierproduktion noch Ackerbau und Waldwirtschaft.

Wie in einem typisch bäuerlichen Familienbetrieb arbeiten am Hof alle Generationen zusammen und helfen sich gegenseitig. Unsere MitarbeiterInnen ergänzen die Gemeinschaft und sind der Familie teilweise schon seit Jahrzehnten eine wertvolle Stütze.

Unsere Produkte:

Das Freiland Aichfeldei und Das Aichfeldei

Es gibt braune und weiße Eier, die in jeder Gewichtsklasse erhältlich sind. Die Farbe vom Ei hängt von der Farbe der Henne ab. Eier werden in 4 Gewichtsklassen eingeteilt:

- XL für sehr große Eier (73g und mehr)
- L für große Eier (63g-72g)
- M für mittelgroße Eier (53g-62g)
- S für kleine Eier (unter 53g)



Aichfeld-Eiernudeln

Für uns bietet es sich an, unsere eigenen Eier für die Herstellung hausgemachter Nudeln zu verwenden. Wir haben uns passende Räumlichkeiten mit optimalen hygienischen Standards geschaffen und können nun mit größter Freude und Überzeugung unsere eigenen Nudeln von bester hausgemachter Qualität produzieren.

Geflügelfleisch

Bei uns bekommen Sie Geflügelfleisch von höchster Qualität. Es gibt Henderl im Ganzen oder Henderlteile. (Filet, Keulen, Brusterl, Flügerl sowie Hühnerrücken) Auch Putenschnitzerl haben wir in unserem Sortiment.

Kernöl

Köstliches Steirisches Kürbiskernöl darf auf keinem Salat fehlen. Wir verkaufen das prämierte Kürbiskernöl der Familie Huss aus Wagendorf bei Leibnitz. Das Kernöl ist in 1Liter- und 1/2 Literflaschen erhältlich.

Geflügelhof Kaltenegger-Felfer GmbH

ÖFFNUNGSZEITEN
Mo - Fr 7.00-12.30
Mi - Fr 14.30-18.00
Sa 8.00-12.00

Landstraße 20a
8753 Rattenberg-Fohnsdorf
Tel.: 03573/2406
www.aichfeldei.at
gefluegelhoffelfer@a1.net



Biohof Feeberger vlg. Farmacher ALLES GUTE GIBT'S IM HOFLADEN!

Immer frisch und immer geöffnet. Unser Selbstbedienungs-Hofladen ist 24 Stunden am Tag, sieben Tage die Woche geöffnet. Ideal für alle, die Sonntag Früh feststellen, dass keine Milch mehr im Kühlschrank ist, spontan eine Mitternachtseierspeis für zehn Personen zubereiten wollen oder ein besonders frisches Fruchtjoghurt als Jause möchten.



Neben unserem mit frischen Milchprodukten und Eiern gefüllten Kühlschrank, gibt es in unserem Hofladen auch Essig, Schnäpse, Nudeln und in den Sommermonaten unser köstliches Eis. Und das voll und ganz biologisch, nachhaltig und regional. Unsere Produkte kommen ohne lange Transportwege aus und werden mit viel Liebe und höchstem Qualitätsanspruch von Hand bei uns am Hof hergestellt.

Unser Selbstbedienungs-Hofladen befindet sich direkt bei uns am Biohof Feeberger, in der Bachstraße 8 in 8753 Fohnsdorf. Wir freuen uns auf Euch!

ÖFFNUNGSZEITEN:
Wir sind immer für euch da!
Unser Selbstbedienungs-Hofladen ist von 0-24 Uhr geöffnet.

Biohof Feeberger

Bachstraße 8

8753 Dietersdorf

Mobil: 0664/4354785

E-mail: gernot.feeberger@gmx.at



AB HOFVERKAUF

Bernhard Honis vlg. Roaner

Verschiedene Sorten von Kartoffeln (speckig, mehlig, rotschalig)
ofenfertiges Brennholz (Kachelofenholz gemischt: Buche, Birke und Esche;
Weichholz gemischt: Fichte, Lärche, Hasel, Erle, Weide, ...)

Bernhard Honis vlg. Roaner

Rannerfeldgasse 15

8753 Hetzendorf

Tel.: 03573/2076

Mobil: 0664/4613122

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 9.00-17.00 Uhr;
Sa. 9.00-12.00 Uhr

e-mail: bernhardhonis@aon.at

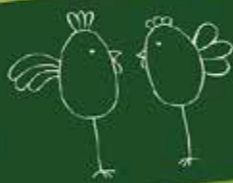


Qualität aus der Obersteiermark!

Geflügelhof
Kaltenegger-Felfer

Das Aichfeld-Ei

A-8753 Rattenberg • Tel.: 03573 / 2406 • www.aichfeldei.at



Wilfried Pichler vlg. Felfer

Unser Betrieb befindet sich in Aichdorf. Wir bieten in unserem Hofladen ein großes und breites Sortiment an

Honig aus eigener Imkerei

Erdäpfel

Zwiebel

Karotten

Knoblauch

Kren

Feldgemüse

Apfel-Karottensaft

Käferbohnen

Edelbrände



Wilfried Pichler vlg. Felfer

Dorfstraße 12

8753 Aichdorf

Mobil: 0676 7549249

E-mail: claudiawilfried@aon.at

ÖFFNUNGSZEITEN:
geöffnet täglich 9 bis 18
Uhr von August bis ins
neue Jahr

Stoxi's Mostschänke

www.mostschenke-stoxi.sta.io



Die urige Mostschänke Stoxreiter liegt in sonniger, ruhiger Lage und bietet eine schöne Aussicht auf die Seetaler Alpen. Sie ist zu Fuß oder per Auto erreichbar und sehr beliebt. Aufgetischt wird eine hausgemachte Jause aus eigener Produktion. Besonders stolz ist die Familie Stoxreiter auf Ihren Speck.

ÖFFNUNGSZEITEN:

1. 08 bis 8.12.

Ganzjährig auf

Bestellung und Abholung:

Jausenplatten,

Steirerkäse, Speck etc

Stoxi's Mostschänke

Schlappkogelweg 30

8753 Fohnsdorf

Tel.: 03573/3554

E-mail:mostschaenke.stoxi@aon.at



AB HOFVERKAUF

Familie Gottfried und Manuela Reiter

Nach telefonischer Rücksprache können bei uns Kartoffeln abgeholt werden. Unsere Kartoffeln sind unbehandelt, festkochend und für alle Kochzwecke gut geeignet.



Kartoffel

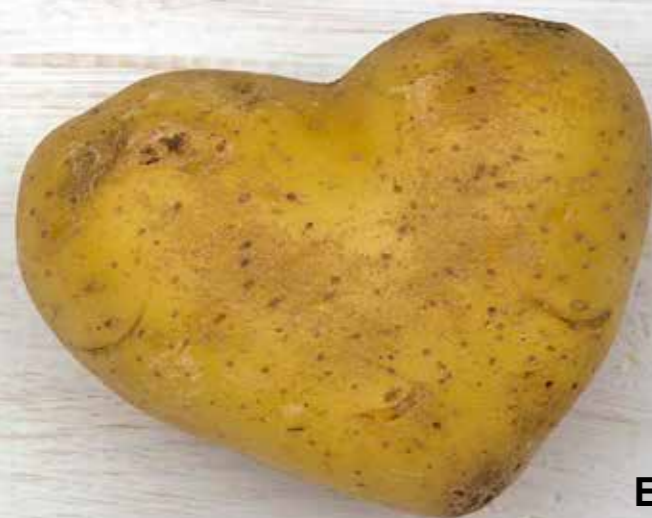
Familie Gottfried und Manuela Reiter

Dorfstraße 16

8753 Aichdorf

Tel.: 0650/5824482

E-Mail: manuela.reiter.mayer@gmail.com



HOFLADEN

www.maluhof.at

Sonja's Hofladen

Sonja's Hofladen - im Zentrum von Fohnsdorf gelegen, bietet Produkte vom Maluhof aus Bad Waltersdorf. Sämtliche Produkte

stammen aus eigener Erzeugung. Das Angebot reicht von Nudeln, Essig, Kernöl, Marmeladen, Säfte, Müsli, Weine, Schnäpse groß und klein, Käse, Jausenpakete und vieles mehr.

Gegen tel. Vorbestellung gibt es Geschenkskörbe, Jausenplatten, Brezen oder Brötchen.

Sonjas Hofladen

Schachthausweg 1
8753 Fohnsdorf

Eine Filiale von
www.maluhof.at



Sonja's Hofladen

Sonja Rieser

Schachthausweg 1

8753 Fohnsdorf

Tel.: 0676/3503616

E-mail:sonjarieser85@gmail.com

ÖFFNUNGSZEITEN:

ganzjährig

nachmittags

bzw. gegen tel.

Vorbestellung



AB HOFVERKAUF

Biobetrieb Martin Pichler

Auf unserem landwirtschaftlichen Biobetrieb in Aichdorf bieten wir folgende Produkte ab Hof an:



Bio Erdäpfel
Bio Apfelessig sowie Holzapfel Essig
Bio Apfelsaft
Bio Apfelmost
Bio Apfelschnaps, Bio Birnenschnaps
Bio-Walnüsse



Zusätzlich gibt es einen Bioheumilchautomat, welcher von 6:30 bis 17:30 Uhr in Betrieb ist.

Biobetrieb Martin Pichler

Fohnsdorferstraße 18
8753 Aichdorf
Mobil: 0680/2176437

E-mail: martin_pichler@hotmail.com

ÖFFNUNGSZEITEN:
ganzjährig.
Bitte um telefonische
oder persönliche
Vorbereitung



AB HOFVERKAUF

Biobauer Gertraud Bärnthaler

vlg. Tiroler

Seit 1994 wird der Familienbetrieb biologisch bewirtschaftet. Kreislaufwirtschaft sowie artgerechte Fütterung und Haltung der Tiere ist für die Familie Bärnthaler schon immer ein besonderes Anliegen. Die behornten Rinder genießen den ständigen Zugang zur Weide und liefern nur mit hofeigenem Futter (Gras, Heu, etwas gequetschtes Getreide) die wertvolle „Zurück zum Ursprung“ Heumilch für die Obersteirische Molkerei. Auf den fruchtbaren Äckern wachsen Erdäpfel, Dinkel, Roggen, Weizen, Gerste, Hafer, Erbsen und Klee gras. Getreide und Biokartoffeln werden direkt ab Hof vermarktet.



Biobauer Gertraud Bärnthaler

Feldgasse 13
8753 Hetzendorf

Mobil: 0664/73340441

E-mail:biolandwirt@gmx.at

ÖFFNUNGSZEITEN:
ganzjährig.
Montag bis Samstag
oder nach tel.
Absprache.

FLEISCHEREI

Fleischerei Thomas Autischer

Die Fleischerei Autischer mit ihrer zentralen Lage bietet den Kunden Fleisch und Wurstwaren aus eigener Schlachtung in bester Qualität.



Fleisch aus eigener Erzeugung
Wurst aus eigener Erzeugung
Speck aus eigener Erzeugung
regionale Spezialitäten und Gewürze



ÖFFNUNGSZEITEN:

Dienstag von 7 bis 12 Uhr
Mittwoch von 7 bis 12 Uhr
Donnerstag von 7 bis 12 Uhr
Freitag von 7 bis 12 Uhr
und von 15 bis 18 Uhr
Samstag von 7 bis 12 Uhr

Fleischerei Thomas Autischer

Siemensstraße 7
8753 Fohnsdorf
Telefon: 03573/2354

E-mail: office.autischer@twin.at

BÄCKEREI

Cafe Madenberger MS03 Arena am Waldfeld

Ein gemütliches Kaffeehaus für jeden Anspruch. Das Cafe MS03 in der Arena am Waldfeld hat im Murtal neue Maßstäbe gesetzt.

Die ebenso bekannte wie beliebte Cafe-Konditorei hat sich einen neuen exklusiven Standort gesichert. Die Cafe-Konditorei MS03 besticht nicht nur durch gelungene Umsetzung, sondern bietet neben Brot, Gebäck und Süßspeisen Warm- und Heißgetränke. Serviert durch freundliche und zuvorkommende Bedienung. Reichhaltiges Frühstück vom Buffet, Toast und Pizzastücke für den kleinen Hunger und speziell zum Mitnehmen: Der „Coffee to go“



Madenberger MS03

Arena am Waldfeld 3
8753 Fohnsdorf
Tel.: 03572/42981

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag bis Samstag 6 Uhr 30 bis 19 Uhr
Sonntag 8 bis 17 Uhr
Feiertags geschlossen

Madenberger MA05 Filiale Fohnsdorf

Back- und Konditorwaren werden vom Stammhaus in Zeltweg direkt nach der Produktion in die Filiale Fohnsdorf geliefert.



Madenberger MA05

Hauptstraße 5
8753 Fohnsdorf
Tel.: 03573/6034

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag bis Freitag von 5 bis 18 Uhr
Samstag von 5 bis 12 Uhr

In der Gemeinde Fohnsdorf gibt es zahlreiche Imker, Die Imker der Gemeinde Fohnsdorf werden durch den Bienenzuchtverein Fohnsdorf vertreten.

Die Fohnsdorfer Imker bieten verschiedene Honigsorten wie Waldhonig, Blütenhonig, Cremehonig usw. aber auch Bienenwachs und Bienenwachskerzen oder Propolistropen an.

Jährlich werden ca. 2000 Honige im Labor des steirischen Landesverbandes für Bienenzucht auf ihre Qualität beurteilt. Mit Hilfe dieser Untersuchungen kann festgestellt werden, um welche Honigart es sich handelt und ob der eingesandte Honig das österreichische Gütesiegel erhält.

Bei diesen Grunduntersuchungen stechen manche Honige durch besonderes gute Werte hervor. Diese werden in einer anonymen Verkostung durch sensorisch geschulte TeilnehmerInnen gesondert bewertet und mit Medaillen in Bronze, Silber und Gold prämiert.

Die Imker des Bienenzuchtvereines Fohnsdorf sind jährlich unter den prämierten TeilnehmerInnen.

Im Jahr 2022 haben folgende Imker des Bienenzuchtvereines Fohnsdorf Auszeichnungen erhalten:

Medaillengewinner des Bienenzuchtvereines Fohnsdorf 2022 (In alphabetischer Reihung):

Markus Brunnhofer:
Gold - Waldhonig blumig

Gerold Dölmayer:
Silber - Waldhonig blumig

Karl Kaus:
Gold Honigtau Honig

Katharina Zöhrer:
Silber - Honigtau Honig

Kontaktaufnahme und Auskünfte zum Imker ihrer Nähe erhalten Sie vom Bienenzuchtverein Fohnsdorf

Kontakt Daten Bienenverein Fohnsdorf:
Telefon: 0664/28 30 128
E-Mail: BZV-Fohnsdorf@gmx.at



Gesundheit und die guten Vorsätze ...

Zum Jahreswechsel immer wieder ein Thema bei vielen Menschen: die neuen, guten Vorsätze. Auch und vor allem in Sachen Gesundheit: Das neue Jahr soll besser begonnen werden als vielleicht das alte Jahr endete.

Die häufigsten guten Vorsätze für 2023 betreffen die eigene Gesundheit – sei es mehr Sport zu betreiben, stressfreier zu leben, Gewicht zu reduzieren oder sich mehr Zeit für sich selbst zu nehmen.

Doch die selbst gesteckten Ziele haben oft eine kurze Lebensdauer und lösen sich bald in Luft auf.

Mit diesen Gesundheitsseiten wollen wir ihnen helfen, ihre Vorsätze umzusetzen und auch langfristig dabei zu bleiben.

Ihre
Brigitte Wolfger
Sozialreferentin

GESUNDHEITSTELEFON 1450

An den Wochenenden gibt es keinen Bereitschaftsdienst der Fohnsdorfer Ärzte. Die Ordinationen sind am Wochenende geschlossen. Im Notfall rufen Sie das Gesundheitstelefon 1450 oder die Rettung unter 144.

WICHTIGE TELEFONNUMMERN - NOTRUF!

Feuerwehr Notruf	122
Polizei Notruf	133
Rettungsnotruf	144
Polizeiinspektion Fohnsdorf	59133 6301-100
Rotes Kreuz Fohnsdorf	0501445119200
Ärztendienst	141
Dr. Franz Dullinger	03573/3133
Dr. Sabine Grohs-Temnitzer	03573/3610
Dr. Gerald Raunig	03573/ 34080
Med.dent.Mag.Dr.Lukas Harb	03573/4884
Dr.Christina Haidinger	03573/2173
Dr.Johann Fessl	03573/34244
Dr.Wilfried Kozar	03573/34255
Dr.Karl Rimpl	03573/4701
Dr. Eva Mühlbacher	0650/4300679
Mag. Brigitte Felfer	0699/1923250
Entgiftungszentrale	01/4064343
Krankenhaus Judenburg	03572/82560-0
Krankenhaus Knittelfeld	03512/707-0
Bergrettung	140
Telefonseelsorge	142
Krisenintervention des Landes Stmk.	130
Hilfsdienst Fohnsdorf	0650/9871605
Sorgentelefon Fohnsdorf	0664/207024

Apotheken

Den täglichen Bereitschaftsdienst der Apotheken von 8 Uhr morgens bis 21 Uhr abends finden Sie auf Apotheken-Notdienstcard für Judenburg oder im Internet unter apo24.at
Apotheke zum Bergmann03573/2124
Schutzengelapotheke 03573/34580

Dr. Franz Dullinger

Praktischer Arzt, Allgemeinmediziner, Fortbildungsdiplom für Notarzt,
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 9

alle Kassen

Ordinationszeiten

Montag 14 bis 18 Uhr, Dienstag 8 bis 12 Uhr und 15 bis 17 Uhr

Mittwoch 8 bis 12 Uhr, Donnerstag 9 bis 12 Uhr, Freitag 8 bis 11 Uhr

Tel. 03573/3133

Dr. Sabine Grohs-Temnitzer

Praktischer Arzt, Allgemeinmedizinerin, Fortbildungsdiplom für Akupunktur, Geriatrie,
Palliativmedizin und Notarzt, Führerscheinuntersuchungen, Vorsorgeuntersuchungen
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Dr. Heinrich Hulla-Platz 1

alle Kassen

Ordinationszeiten:

Montag und Mittwoch von 13 Uhr 30 bis 17 Uhr 30,

Dienstag, Donnerstag und Freitag von 8 bis 12 Uhr

Tel. 03573/3610

E-Mail: info@dr-grohstemnitzer.at

Dr. Gerald Raunig

Praktischer Arzt, Allgemeinmediziner und Hals-, Nasen- und Ohrenarzt
Führerscheinuntersuchungen, Vorsorgeuntersuchungen
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Dr. Heinrich Hulla-Platz 1

alle Kassen

Ordinationszeiten:

Montag, Dienstag und Freitag von 8 bis 12 Uhr,

Mittwoch und Donnerstag von 13 bis 17 Uhr

Tel. 03573/34080

Dr. Alexandra Martinek-Hainzl

Wahlärztin, systemische Psychotherapie, Führerscheingutachten
ÖAK Diplome für psychosoziale, psychosomatische und psychotherapeutische Medizin;
Allgemeinmedizin

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 80

Termine nur nach tel. Vereinbarung unter 0664/28 27 612

Mag.dent. Mag Lukas Harb

Facharzt für Zahnheilkunde und Kieferheilkunde
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Dr. Blacher-Straße 6

www.drharb.at

Schwerpunkte:

Implantologie, Parodontologie PA-Therapie - Recall Betreuung, Prophylaxe-Gruppenprophylaxe, mechanische Zahnreinigung (PMZR), Zahnärztliche Chirurgie

Ordinationszeiten:

Montag und Freitag von 8 Uhr 30 bis 12 Uhr,

Dienstag und Donnerstag von 8 bis 12 Uhr und von 15 bis 17 Uhr,

Mittwoch von 8 bis 12 Uhr.

Um telefonische Voranmeldung (auch im Schmerzfall) wird ersucht.

Tel. 03573/4884 alle Kassen und privat

E-Mail: office@drharb.at

Dr. med. dent. Christina Haidinger

Facharzt für Zahnheilkunde und Kieferheilkunde
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 3

Ordinationszeiten:

Montag und Mittwoch von 8 Uhr bis 12 Uhr 30

Montag und Mittwoch von 15 bis 17 Uhr,

Dienstag und Donnerstag von 8 bis 13 Uhr

Freitag von 8 bis 12 Uhr

Tel. 03573/2173 alle Kassen und privat

E-Mail: ordination@smile-haidinger.at

www.smile-haidinger.at



Dr. Johann Fessler

Facharzt für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Dr. Heinrich Hulla-Platz 1

Schwerpunkte:

Prothetik (Kronen, Brücken und Vollprothesen), Bleaching (Zahnaufhellung), Implantologie, Parodontologie

Ordinationszeiten:

Montag, Mittwoch und Freitag von 8 Uhr bis 12 Uhr,

Dienstag und Donnerstag von 8 bis 12 Uhr und von 14 bis 17 Uhr,

Um telefonische Voranmeldung wird gebeten!

Tel. 03573/34244

Dr. med. univ. Karl Rumpl

Facharzt für Innere Medizin,

Arzt für Allgemeinmedizin, Sportarzt, Arzt für Alpin- und Höhenmedizin, Fliegerärztlicher Sachverständiger, Sachverständiger für Führerscheinuntersuchungen, Allgemein beedeter und gerichtlich zertifizierter Sachverständiger, Kurarzt, Notarzt
barrierefreier Zugang

8753 Fohnsdorf, Dr. Heinrich Hulla-Platz 1

Ordinationszeiten:

Montag und Mittwoch von 8 bis 13 Uhr

Dienstag und Donnerstag von 12 Uhr 15 bis 15 Uhr 15

Freitag von 8 bis 12 Uhr

Tel. 03573/34240 alle Kassen und privat

E-Mail: ordination@doktor-rumpl.at

www.doktor-rumpl.at



Terminvereinbarungen erforderlich

Dr. med. univ. Eva Mühlbacher, MSc.

Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie,
Spezialgebiet Kinder- und Neuroorthopädie

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 15

Wahlarzt

www.ortho-muehlbacher.at



Tel. 0650/4300679

E-Mail: ordination@ortho-muehlbacher.at

Dr. Wilfried Kozar

Facharzt für Augenheilkunde und Optometrie

8753 Fohnsdorf, Dr. Heinrich-Hulla-Platz 1

Ordinationszeiten:

Montag, Mittwoch und Freitag von 8 bis 12 Uhr

Dienstag 8 bis 12 Uhr und 14 bis 16 Uhr

Donnerstag von 14 bis 16 Uhr

Freitag von 8 bis 12 Uhr

Tel. 03573/34255

alle Kassen und privat



Terminvereinbarungen erforderlich

Mag.^a Brigitte Felfer

Psychoonkologin, Klinische- und Gesundheitspsychologin,
Trauerbegleiterin

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 5 b (Türklingel Dr. Grohs)

Tel. 0699/194 23 50

E-Mail: beratung@praxis-felfer.at



Terminvereinbarungen erforderlich

Mag.^a Karin Skardelly

Psychotherapeutin

Klinische- und Gesundheitspsychologin

8753 Fohnsdorf, Gabelhofensiedlung 38 b

Tel. 0660/2024319

E-Mail: praxis@psychotherapie-skardelly.at



Terminvereinbarungen erforderlich

PHYSIOTHERAPIE

Physiotherapie Mirko Neumann

8753 Fohnsdorf, Gustav-Mahler-Weg 4

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 7 bis 19 Uhr

Tel. 0650/32 11 272

Terminvereinbarungen erforderlich!



MASSAGEN

Massage - Fußpflege Studio Kofler

8753 Fohnsdorf, Spitalgasse 3

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag von 8 bis 18 Uhr

Tel. 0664/42 02 360 (Fußpflege)

Tel. 0664/25 26 444 (Massage)

facebook.com/studio.kofler



Terminvereinbarungen erwünscht!



GESUNDE GEMEINDE FOHNSDORF



Das Vitalcenter
8750 Judenburg-Murdorf
Ferdinand von Saargasse 1
Tel.: 0660/5550413

MASSAGEN



Gesund werden, gesund bleiben, mit dem Vital Center!

Zeit zum durchatmen... und Kraft tanken!

Das Vitalcenter ist extrem hilfreich in der Gesundheitsentwicklung und Regeneration. Sowohl für Menschen die Hilfe benötigen um gesund und „Medikamentenfrei“ zu werden, bis hin zur Leistungssteigerung bei Sportlern. Die Kabine bietet Behandlungen für Personen jeder Altersgruppe, die aktiv ihre Gesundheit fördern wollen. Unter dem Motto „Im Einklang mit der Natur“ wird das körperliche Wohlbefinden gesteigert und die Lebensqualität verbessert.

Die Krankenhäuser sind überfüllt, die Menschen leiden an Atemwegserkrankungen, Bronchitis, Asthma oder COPD und jetzt gehen den Apotheken auch noch die Medikamente aus. Das bedeutet für die Betroffenen große Angst und eine unvorstellbare Einschränkung der Lebensqualität. Der Nobelpreisträger, Philipp Leonard hat als erster die positiven Effekte von Aerosolen aus der Meeresbrandung auf die Gesundheit der Menschen beschrieben.

Der Forscher Dr. Arnulf Hartl nennt den Sprühnebel von Wasserfällen Asthmaspray der Natur.



keine Nebenwirkungen!
Geeignet vom Baby bis 99+

Massage Markus Anderle
8753 Fohnsdorf, Wasendorferstraße 2 a
Tel. 0664/42 02 360 (Fußpflege)
Tel. 0664/25 26 444 (Massage)

Terminvereinbarungen erwünscht!



ORTHOPÄDIE

Orthovital Baumgartner
8753 Fohnsdorf, Judenburgerstraße 1
Orthopädische Maßeinlagen, Orth. Maßschuhe
Orth. Schuhzurichtung, Kompressionsstrümpfe,
Therapie-Pantoffel und Bequemschuhe aus eigener Produktion
Spezialist für Hallux-Valgus und sämtliche Fuß und Zehendeformitäten

www.orthovitalzentrum.at



Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr
Dienstag 14 bis 18 Uhr
Tel. 03573/34032, 0664/8686 985
E-Mail: office@orthovitalzentrum.at

Vertragspartner aller Krankenkassen

Podologische Einlagen Methode Derks
Ing. Porkristl

www.porkristl.at



8753 Fohnsdorf, Arena am Waldfeld 7
Beratungsgespräch - Ganganalyse - Blauabdruck im Gehen
Berechnung der Fußstellung nach Methode Derks
Druckanalyse im Stehen und Gehen
Funktionstest der Füße - Aktiveinlage nur 2 mm stark
Tel. 0664/1618282,
E-Mail: hp.porkristl@gmail.com

Telefonische Terminvereinbarungen erforderlich

OPTIKER

Pearle Optik
8753 Fohnsdorf, Arena am Waldfeld 13 a

www.pearle.at



Sehtest - Brillen - Kontaktlinsen
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr
Samstag von 9 bis 17 Uhr
Tel. 03572/82847

In Judenburg gibt es nun eine Kabine, mit der sie die wunderbare Wirkung dieser Aerosole genießen können.

Christopher Steiner: Husten, Schnupfen, schlaflose Nächte sind eine große Belastung für kleine Kinder, aber auch für die gesamte Familie. Deshalb gehe ich mit meinem Sohn seit seinem vierten Lebens-tag in das Vital Center. Er ist jetzt ein Jahr alt und war noch nie verkühlt.

Michaela Neumann, Asthma: Ich leide seit Jahren an Belastungsasthma. Am Tag nach der ersten Behandlung konnte ich ohne Asthmaspray laufen gehen. Ich bin sehr begeistert vom Vitalcenter.

Heike, Krankenschwester aus Murau mit ihrer Tochter Jana, Bronchitis: Seitdem wir gemeinsam das Vital Center benutzen, brauchen wir keine Medikamente mehr. Ich schwöre auf das Vitalcenter Judenburg.

Georg Weber: Ich habe COPD, Stufe drei. Mein Lungenfacharzt hat mir nun bestätigt, dass meine Lunge unten immer freier wird. Dank dem Vital Center kann ich wieder auf Berge gehen, mit meinen Enkelkindern Federball spielen und herumlaufen.

Roland Beck, Sinusitis: Meine schlimmen Beschwerden mit meinen Nebenhöhlen sind wie weggeblasen. Ich kann endlich wieder frei durch die Nase atmen, gut schlafen und der Druck im Kopf ist auch weg.

Rufen Sie jetzt an und sichern Sie sich ihre Teilnahme im Vital Center in Judenburg/Murdorf
Ferdinand von Saargasse 1
Telefonnummer: 0660/555 04 13

Die Gemeinde Fohnsdorf bietet allen EinwohnerInnen von Fohnsdorf und Umgebung ein Gesundheitsprojekt an, an dem Frauen und Männer, aber auch Kleinkinder kostenlos teilnehmen können. Zweimal in einer Woche, können Sie eine Behandlung im Vital Center genießen. Die Kosten übernimmt die Gemeinde Fohnsdorf. Und eines zeigt die Erfahrung! Alle TeilnehmerInnen, vom Baby bis über 90-Jährige, werden sich wesentlich besser fühlen und zum Teil völlig beschwerdefrei sein.

Bgm. Name Datum
Gernot Lobnig Die Platzvergabe erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung!

Optik Wutscher vormals Plessl

8753 Fohnsdorf, Hauptplatz 5 a
Sehtest - Brillen - Hörgeräte - Kontaktlinsen

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 8 Uhr 30 bis 12 Uhr und von 14 Uhr 30 bis 18 Uhr
Samstag von 8 Uhr 30 bis 12 Uhr
Tel. 03573/5157
E-Mail: fohnsdorf@plessl.at

www.plessl.at
www.wutscher.com



sehen!wutscher

8753 Fohnsdorf, Arena am Waldfeld 5
Sehtest - Brillen - Hörgeräte - Kontaktlinsen

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr
Samstag von 9 bis 17 Uhr
Tel. 03572/41120
E-Mail: fohnsdorf@wutscher.com

www.wutscher.com



APOTHEKE

Apotheke zum Bergmann

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 11
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr 30 und von 14 Uhr 30 bis 18 Uhr
Samstag von 8 bis 12 Uhr

Tel. 03573/ 2124
E-Mail: office@bergmann-apotheke.at

www.bergmann-apotheke.at



Schutzengel Apotheke

8753 Fohnsdorf, Grazerstraße 22
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr 30 und von 14 Uhr 30 bis 18 Uhr
Samstag von 8 bis 12 Uhr

Tel. 03573/34580
E-Mail: apotheke-schutzengel@fohnsdorf.at



Monikas Wohlfühl Fußpflege

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 4

Entspannende Fußpflege inklusive Fußmassage, Paraffinbehandlungen, Hornhautentfernung und vieles mehr.

Tel. 0664/55 91 895 **Terminvereinbarungen erwünscht!**



BETREUTES WOHNEN

AIS „Betreutes Wohnen Fohnsdorf“

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 29

Tel.: 03573/27 529-0
E-Mail: office@ais-agentur.com



PFLEGEZENTREN

Seniorenzentrum Fohnsdorf

8753 Fohnsdorf, Winterbachgasse 8

Tel.: 03573/27 529-0
E-Mail: haus-fohnsdorf@stmk.volkshilfe.at
www.stmk.volkshilfe.at/in-der-steiermark/standorte/standorte/seniorenzentren/fohnsdorf/



Seniorenhaus Hetzendorf

8753 Hetzendorf, Alfons-Petzold-Weg 5

Tel.: 03573/34 534
E-Mail: info@seniorenhaus-hetzendorf.at

www.seniorenhaushetzendorf.at



SeneCura Pflegezentrum Fohnsdorf

8753 Wasendorf, Montessoriweg 1

Tel.: 03573/500 13
E-Mail: fohnsdorf@senecura.at

fohnsdorf.senecura.at



Seniorenkaffee

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 16

Unterhaltung und lustiges Zusammensein mit Freunden und Bekannten. Spiele und interessante Vorträge.

Betreuung: Kerstin Lintschinger-Hauser, Diplom Sozialbetreuerin Altenarbeit

Fachsozialbetreuerin Altenarbeit

Öffnungszeiten jeden Dienstag (ausgenommen Feiertags) von 14 bis 17 Uhr



Pflegeberatung für pflegende Angehörige

Pflegeberatung

Kerstin Lintschinger-Hauser

Die Erstberatung in der Höhe € 150.- wird von der Gemeinde Fohnsdorf übernommen.

Tel.: 0650/98711605



Tanznachmittage

Jedes Monat findet im Mehrzwecksaal Hetzendorf ein Tanznachmittag statt.

Die genauen Termine finden Sie unter www.fohnsdorf.at

8753 Hetzendorf, Alfons Petzold-Weg 11

Tel.: 03573/2431-126



Hilfsdienst Fohnsdorf

Kerstin Lintschinger-Hauser,

Tel.: 0650/98711605



Sorgentelefon Fohnsdorf

Sozialreferentin Brigitte Wolfger

Tel.: 0664/2207024



Pensionistenverband Fohnsdorf

Hauptstraße 16, 8753 Fohnsdorf

Der Pensionistenverband Fohnsdorf führt zahlreiche Veranstaltungen wie Wandern, Turnen, Radfahren, Kegeln und dergleichen durch.

Auskünfte jeden Mittwoch von 11 bis 12 Uhr im Vereinsheim, Hauptstraße 16, 8753 Fohnsdorf



Klangyoga für Kinder

Volksschule Fohnsdorf

8753 Fohnsdorf, Spitalgasse 12

Lisa-Marie Weißenbacher Dipl. Kinder & Jugendmentaltrainerin & Mobbing und Gewaltpräventions-trainerin und Magdalena Welsch Humanenergetikerin & Fotografin, bieten mit ihrem einzigartigen Angebot, der Kombination von Yoga und Klängen, eine Auszeit vom Alltag an. Durch unsere Yogage-schichten in Verbindung mit wohltuenden Klängen schaffen wir für Kinder im Alter von 4-12 Jahren einen sicheren Hafen. Klangyoga ist Stress lindernd, macht Spaß, bringt innere Ruhe, fördert Konzentration sowie die Wahrnehmung und verbessert das Körpergefühl & Wohlbefinden.

Kurszeiten jeden Montag

Für 4-8 Jährige von 16:30 - 17:20 Uhr

Für 9-12 Jährige von 17:30-18:20 Uhr.

Kursort: VS Fohnsdorf, Spitalgasse 12

Kosten: 5er Block 60€

Schnupperstunde jederzeit möglich, bitte um Voranmeldung.

www.mentaltraining.at
www.einklang-mw.at



Anmeldungen unter **0650/ 680 38 55** oder per Mail unter einklang-mw@gmx.at

Kinderturnen - Eltern-Kindturnen

Übungsleiterin Silva Glantschnegg

Volksschule Dietersdorf

8753 Fohnsdorf, Hauptstraße 42

Jeden Dienstag von 14 Uhr 30 bis 17 Uhr 30

Sporthalle Fohnsdorf

Schulplatz 9

8753 Fohnsdorf

Jeden Donnerstag von 9 bis 10 Uhr

Infos unter 0664/5187947



Babyschwimmen in der AQUALUX Therme Fohnsdorf

Für zukünftige Wasserratten bietet die AQUALUX Therme Fohnsdorf in regelmäßigen Abständen gemeinsames Baby- & Kleinkindschwimmen an. In vertrauensvoller Atmosphäre wird die Bindung zu Ihrem Baby & Kleinkind gefördert und es wird ihm auf natürliche Weise die Scheu vor dem Wasser genommen.

www.therme-aqualux.at

Therme Aqualux Fohnsdorf

Thermenallee 10

8753 Fohnsdorf

Tel.: 03573/20780

E-Mail: willkommen@therme-aqualux.at



FITNESS

Sportness 7

8753 Fohnsdorf, Schulplatz 9

**In & Outdoorcenter für Fitness und Gesundheit
ohne vertragliche Bindung.**

Bereiche für Krafttraining, Cardiotraining und
Functional Training,
Wirbelsäulentraining, Indoor Cycling, Yoga, Pilates,
Aerobic etc. und Wellnessbereich.
Erstellen individueller Trainingspläne auf Basis der
Inbody Körperanalyse.

Öffnungszeiten täglich von 6 bis 24 Uhr

Tel.: 0676/3644954

E-Mail: office@sportness7.at



www.sportness7.at



Fit und Fun Murtal

8753 Hetzendorf, Marktstraße 12

Krafttraining, Muskelaufbau, Functional Training, Ninja Warrior,
Dirt Run, Bauch-Beine-Po, Cardiotraining, Boxen, Step, Aerobic, Power
Drill, Kickboxen, MMA, Krav Maga, Selbstverteidigung,
Kinder-Fitness, Jugend-Kampfsport, Wellness und Solarium
Durchgehend geöffnet

Tel.: 0664/2330460

E-Mail: fitundfun@yahoo.de



www.fitundfun-murtal.at

**Studiobesichtigung und Anmeldung nur nach
telefonischer Terminvereinbarung**

KARATESCHULE

Karateschule Oyama

Volksschule Dietersdorf

8753 Fohnsdorf, Hauptsraße 42

Familienkarate

Öffnungszeiten:

Dienstag und Donnerstag von 18 bis 19 Uhr

Tel.: 0664/2325555

E-Mail: marco.stolz1@gmail.com

