

knips

Knips & gewinn!

Zeige uns Dein **schönstes Foto** zur Fotochallenge „Portrait“ auf knips und gewinne ein Beauty-Package im Wert von 150 Euro für ein noch strahlenderes Lächeln.

Gratis App installieren und mitmachen!



Beauty-Package gewinnen!

meinbezirk.at/knips – das Fotogewinnspiel-Portal der WOCHÉ Kärnten!

Sportler auf dem

Rosegger Psychologe hat Testverfahren für Sportler entwickelt, das psychologische Regeneration misst.

ROSEGG (kof). Mit rund 8.000 Teilnehmern ist die Großveranstaltung „Kärnten läuft“ längst zu einer Institution geworden, die zeigt: Der Laufsport war noch nie so populär. Dieses Wochenende ist es wieder so weit. Rund um den Wörthersee werden Profi- und Hobbysportler ihre Kilometer machen.

Psychologische Regeneration Aber warum ziehen sich immer mehr Menschen die Sportschuhe an? Und üben sie den Laufsport richtig und sinnvoll aus? Diesen zentralen Fragen ist ein Institut aus Rosegg auf der Spur. Die Firma Logo Consult des Psychologen Helmut Graf wird

im Rahmen von „Kärnten läuft“ erstmals ein selbst entwickeltes Testverfahren präsentieren, das die psychologische Regeneration in den Mittelpunkt stellt. „Wer Sport aus falschen Motiven betreibt, tut seinem Körper nicht annähernd so viel Gutes, wie er meint“, sagt Graf. Stichwort: Problemen davonlaufen.

Knappe zwölf Minuten dauert der Online-Test, an dessen Ende, das verspricht Graf, klar ist, ob man Sport im Sinne der psychologischen Regeneration sinnvoll ausübt oder nicht. Und was man besser machen kann – und wie. „Wir bieten solche Lösungen seit Jahren für Firmen an“, sagt Graf, „jetzt gibt es diese Tests erstmals auch für den Einzelsportler.“ Das Verfahren sei im deutschsprachigen Raum einzigartig und über viele Jahre erprobt, sagt Graf.

Seine Firma Logo Consult arbeitet schon seit langem mit



Helmut Graf: „Stellen Tests erstmals für Einzelsportler zur Verfügung“ Scheuermann

solchen Testverfahren, unter anderem gibt es auch einen, der das Burnout-Risiko messen soll. „Wir können damit mit 75-prozentiger Sicherheit den Status Quo ermitteln“, sagt Graf. Mit entsprechenden Gegenmaßnahmen könne man dann eine Verbesserung herstellen. 18.10.13

Messstand



Laufen – aber aus den richtigen Motiven: Ein Online-Test aus dem Rosental hilft mit Erkenntnissen

Kulinarischer Sommer QUIZ: Erkennen Sie die Kalorienfallen?



Weitere sommerliche Kalorienfallen plus schmackhafte Alternativen dazu finden Sie unter: <http://www.gesund.at/kalorienfallen>

Auflösung:

Nudelplatte: 400 Kalorien / Pommes: 350 Kalorien / Currywurst: 400 Kalorien / Pommes: 350 Kalorien / Currywurst: 400 Kalorien / Pommes: 350 Kalorien / Currywurst: 400 Kalorien. Bis zu 18 Stück Wirtshäuser Liter.



Einfach näher dran. **WOCHÉ**

Sie wollen bei uns inserieren?

Ob eine Anzeige im Print, Beilagen oder Online - Wir beraten Sie gerne!

Daniel Klier
Geschäftsführer/Leiter
0664 / 80 666 6987
daniel.klier@woche.at

Sabine Krause
Werberaterin Print/Online
0664 / 80 666 6933
sabine.krause@woche.at

Jennifer Valiner
Werberaterin Print/Online
0664 / 80 666 6888
jennifer.valiner@woche.at

WOCHÉ Villach
Italienerstraße 29
9500 Villach

EXCLUSIV®

Nur vom 15.08. bis 15.09.2016

SMS senden und Sommer-Rabatt einlösen.

Holen Sie sich € 30,- bis € 500,- Sommer-Rabatt bei Kauf Ihres neuen Bosch EXCLUSIV Hausgerätes.

So einfach geht's:

- 1. Schritt** Senden Sie eine SMS mit „Bosch“ an 35555* Sie erhalten Ihren Code und die Höhe Ihres persönlichen Sommer-Rabattes per SMS.
- 2. Schritt** Beim Kauf eines Bosch EXCLUSIV Hausgerätes zeigen Sie einfach an der Kasse des teilnehmenden Händlers Ihren Code mit Ihrem Sommer-Rabatt.
- 3. Schritt** Der Sommer-Rabatt in der Höhe von bis zu € 500,- wird Ihnen direkt an der Kasse abgebogen.

* SMS-Kosten lt. Ihrem Handy-Tarif. Weitere Teilnahmebedingungen bei Ihrem teilnehmenden Bosch EXCLUSIV Fachhändler bzw. unter www.bosch-home.at/sommerrabatt



Ihren nächsten teilnehmenden Bosch EXCLUSIV Fachhändler finden Sie unter www.bosch-home.at/sommerrabatt

Holen Sie sich Ihren Sommer-Rabatt beim Kauf eines Bosch EXCLUSIV Hausgerätes.

Von 15. August bis 15. September Sommer-Rabatt per SMS sichern

€ 30,- bis € 500,- Sommer-Rabatt

Endkunden sparen 30 bis 500 Euro beim Kauf von Bosch EXCLUSIV Hausgeräten. Per SMS persönlichen Code anfordern und Rabatt direkt an der Kassa bei allen teilnehmenden Bosch EXCLUSIV Fachhändlern einlösen. **Bosch feiert den Sommer und Kunden profitieren davon.**

So funktioniert die Aktion: Kunden senden einfach eine SMS mit „Bosch“ an die Aktionstelefonnummer 35555. Sie erhalten umgehend eine Antwort - SMS, die den persönlichen Code und die Höhe des Rabatts beinhaltet. Beim Kauf eines Bosch EXCLUSIV Hausgerätes muss der Kunde dann den Code an der Kassa des teilnehmenden



Bosch EXCLUSIV Fachhändlers vorzeigen. Der Rabatt in der Höhe von bis zu 500 Euro wird direkt abgebogen. Die Aktion gilt für alle Bosch EXCLUSIV Hausgeräte, die bei teilnehmenden Bosch EXCLUSIV Fachhändlern erhältlich sind.

Mehr Informationen unter www.bosch-home.at/sommerrabatt

WERBUNG

