

look!

# SALZBURG

Juli/August 2018  
4. Jahrg. • € 3,-

*Der  
Sommer  
wird heiß!*

Mit diesen Trends  
machen wir jetzt  
eine gute Figur!

**ESSEN IM  
FREIEN**

**DAMIT FÜLLEN  
WIR UNSEREN  
PICKNICKORB**

*Kuschel-  
alarm*

**WARUM WANDERN  
MIT ALPAKAS  
GLÜCKLICH MACHT**

**FESTSPIEL-  
ZEIT**

**ALLE HIGHLIGHTS  
DES SALZBURGER  
KULTUR-SOMMERS**



Ostereichische Post AG, WZ 02/03/2018, InnoVerlags GmbH, Brunnerstr. 1, 6020 BK © Miss Lillys Flats



**EINZIGARTIGES TRAININGSKONZEPT.**  
MamaFIT mit Christina Schörghofer.

## TRAINING FÜR MAMAS

MamaFIT ist ein einzigartiges Trainingskonzept für die Zeit während der Schwangerschaft und nach der Geburt. Trainiert wird im Freien, das ganze Jahr über, egal ob bei Regen oder Sonnenschein. In den 60 Minuten Training wechseln sich Stationen mit Kraftübungen und Ausdauerheiten ab. Die verschiedenen Übungen werden jeweils so angepasst, dass es sowohl eine Variante für Frauen am Anfang der Schwangerschaft gibt als auch für Frauen kurz vor bzw. kurz nach der Geburt. Derzeit gibt es das Angebot in Oberndorf, schon bald ist das Training auch an weiteren Standorten, unter anderem in der Stadt Salzburg möglich. Alle näheren Informationen sowie Kontakt unter: christina.schoerghofer@mamafit.at.

# BUSINESS NEWS



## NEUERÖFFNUNG

Nach sieben Monaten Bauzeit lud das Fünf-Sterne-Superior-Hotel Schloss Mönchstein zum „Grand Opening“ und überzeugte rund 200 Gäste von dem neuen Restaurant „The Glass Garden“ unter der spektakulären Glaskuppel mit einzigartigem Blick über die Dächer von Salzburg und einer Küche auf höchstem Niveau. Die 24 Zimmer und Suiten wurden ebenfalls modernisiert und erneuert, so gewähren die raumhohen Fenster im neuesten Trakt einen großartigen Blick ins Grüne. Das Hotel verbindet Atmosphäre und vollendetes historisches Ambiente im individuellen Luxus mit überragendem Service und erstklassiger Dienstleistung. Umgeben von einem 14.000 Quadratmeter großen märchenhaften Schlosspark, kann man im Luxushotel die traumhafte Aussicht über die Dächer der Mozartstadt genießen.



Petra Fuchs (Direktorin des Geschäftsbereichs der Oberbank Salzburg), Bernhard Auinger, (BM-Stv. der Stadt Salzburg), Ruth Langer (Veranstalterin des Salzburger Frauenlaufs)

## Runder Geburtstag

Die größte Aktivsportveranstaltung nur für Frauen und Mädchen im Bundesland Salzburg feiert ihren ersten runden Geburtstag. Beim 10. Salzburger Frauenlauf am 1. Juli im Volksgarten erleben über 2.000 Läuferinnen und Walkerinnen ein denkwürdiges Aktiverlebnis zum Genießen. Sie feiern gemeinsam das Jubiläum

der Bewegungsaktion „Frau läuft!“, deren jährlicher Höhepunkt der Salzburger Frauenlauf darstellt. Mit dem Ziel, so viele Frauen und Mädchen wie möglich für mehr Bewegung zu begeistern und sie nachhaltig zu einem aktiveren und gesünderen Leben zu bewegen, ist die Bewegungsaktion „Frau läuft!“ 2009 gestartet.