

# Presseinformation:

---

Am **5. Juni** fand die **Eröffnungsfeier** der Firma

## **TimeOut - Wohlfühl-Lounge** **die Energieoase im Herzen von Graz**

statt. Namhafte Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft und Wissenschaft waren anwesend:

z.B.: Landtagsabgeordneter Wolfgang Kasic, Sportamtsdir. Mag. Peinhaupt, Willi Haider, Haubenkoch, uva.

Über die **Stiege der Gesundheit** erreichen Sie die großen, ruhigen, hellen Räume der Lounge, die mit sehr viel Liebe und angenehmen Farben gestaltet sind.

**Entschleunigung vom Alltag, Stress, Hektik und eine Reizüberflutung durch Medien wie Handys, hunderte Mails pro Tag oder steigender Leistungsdruck verlangen eben nach neuen Möglichkeiten der Erholung und die muss rasch gehen. Deshalb ist die TimeOut – Kurzerholungs- und Entspannungsoase die optimale Lösung.**

Wer sehnt sich da nicht nach einer kurzen Auszeit, ohne großen Zeitaufwand um wieder Ruhe zu finden, Entspannung zu genießen und das auch noch leicht in den Alltag integrieren zu können.

Deshalb wird eine kurze Auszeit – „TimeOut“ – zur **Gesundherhaltung, Erholung und Regeneration** ein immer notwendigerer **Ausgleich** unseres Lebens sein müssen, um zum einen dem **Stress gelassener** sowie dem **drohenden Burnout präventiv entgegenwirken zu können**.

**Mag. Reingart Paschke, Hannelore Pirstinger und Karin Jamnik** haben ihre Vision verwirklicht.

Im Herzen von Graz wurde eine exklusive Kurzerholungs- und Entspannungsoase errichtet, in der sowohl gesundheitsbewusste als auch erholungssuchende und stressgeplagte Menschen in einem Wohlfühlambiente, dem hektischen Alltag kurz entfliehen zu können, um schnell wieder neue Kraft und Energie zu tanken.

Gesundheit ist nicht nur unser höchstes Gut – sie ist auch eine wesentliche Voraussetzung für eine gesunde Wirtschaft und motivierte Mitarbeiter.

**Betriebliche Gesundheitsvorsorge liegt nicht nur im Trend sondern steigert auch das Wohlbefinden und die Produktivität der Mitarbeiter. Das haben Karin Jamnik – gewerbliche und freiberufliche Heilmasseurin und**

**Hannelore Pirstinger – Dipl. Gesundheits- und Bewegungstrainerin**, die in diesem Bereich schon seit einigen Jahren aktiv sind, erkannt.

Jedoch hat nicht jeder Betrieb die Möglichkeit seinen Mitarbeitern gesundheitsfördernde Maßnahmen am Arbeitsplatz zu bieten. Bei uns in der „TimeOut –Wohlfühl Lounge“ kann man sich in einem betrieblich ausgelagerten und ruhigem Wohlfühlambiente entspannen und regenerieren.

In der „TimeOut- Wohlfühl Lounge“ können Sie

- **sich eine kurze Auszeit nehmen**
- **sich einen Moment der Ruhe gönnen**
- **pure Entspannung genießen**

Wir bieten an:

- **Power Napping** , die gesunde kreative Schlafpause für zwischendurch
- **Entspannungstechniken** (Progressive Muskelentspannung, 5 Tibeter, Atemtraining, Meditation...)
- **Energetische Körperarbeiten** (Reiki)
- **Wohlfühlmassagen** (klassische, Fußreflexzonen, Chairmassage, Lymphdrainage, ....)
- **Spezialmassagen** (Ayurveda, Klangschalen, Hot Stone, Shiatsu)
- **Gesundheits-Bewegungstraining** (sanfte Rücken- u. Nackengymn., Yoga, )
- **Magnet Resonanz Stimulation** (Regeneration u. Tiefenentspannung)
- **Farblicht- und Klang Stimulation**

**Kurse – Workshops – Vorträge - Beratungen**

**„Effektive Entspannung ab 16 Min. möglich!“**

**Hier erhält ihr Körper , was er wirklich braucht**

**Die Öffnungszeiten: Mo – Fr. von 11 – 16 Uhr**  
und nach individueller Terminvereinbarung außerhalb der Öffnungszeiten

**TimeOut-Wohlfühl Lounge**

**Hannelore Pirstinger - Karin Jamnik**

Geschäftsführerinnen

Griesgasse 11, im Hause des Restaurants Mangolds  
8020 Graz

Tel. 0316/ 25 80 20

E-Mail: [Office@timeout-lounge.at](mailto:Office@timeout-lounge.at)

[www.timeout-lounge.at](http://www.timeout-lounge.at)

