

Ein Tag voller Bewegung, Leichtigkeit und Wohlfühl g'sund & g'schmeidig Festival am 4. Oktober

Das Schloss Rothschild öffnet am 4. Oktober seine Tore für einen Tag, der Körper und Seele gleichermaßen verwöhnt. Beim g'sund & g'schmeidig Festival erwartet die Besucherinnen und Besucher ein buntes, inspirierendes Programm, das zum Auspowern, achtsamen Bewegen, Genießen und Entspannen einlädt – getragen von der besonderen Atmosphäre dieses historischen Ortes.

Das Schloss Rothschild verwandelt sich an diesem Tag in eine vielseitige Bewegungs-, Entspannungs- und Erlebniswelt mit einem abwechslungsreichen Programm aus Bewegung, Meditation und Workshops. Ergänzt wird das Angebot durch die „Wolke Sieben“, einen Bereich für Luftakrobatik, in dem sich Besucherinnen und Besucher spielerisch an Silk, Sling, Hoop und Straps ausprobieren können.

Zudem laden liebevoll gestaltete Chillout-Zonen sowie ein kulinarischer Bereich zum Verweilen ein. Das Restaurant kunterbunt sorgt mit kreativer veganer Küche für kulinarische Vielfalt, der Schlosswirt interpretiert klassische Hausmannskost neu, und die Matthias Krenn Feinbäckerei bietet süße Energie für zwischendurch.

Ein engagiertes Team aus unterschiedlichen Fachbereichen begleitet durch den Tag. Mit dabei sind unter anderem Alexandra Brenn (Brennpunkt Yoga), Barbara Huber (mostmindful), Bernadette Jégl (Berni Fitness), Eva Obenaus (lifetime Pilates), Jakobus Reichartzeder (ASKÖ WY), Julia Hintsteiner (physio_yoga), Petra Matern (Circus Augustine), Regina Durstberger (starkes selbst) und Verena Sykora (Praxis Sykora). Der Stundenplan umfasst bereits über 25 Einheiten und wird laufend erweitert.

Den Abschluss bildet ein besonderer Überraschungs-Act, der den Tag stimmungsvoll abrundet.

Tickets sind im Offenen Rathaus (75 €) oder über oeticket (zzgl. Gebühren) erhältlich.

Initiiert wurde das Festival von drei Frauen aus Waidhofen – Susanne Leonhartsberger, Regina Durstberger und Julia Hintsteiner –, die einen Raum für Bewegung, Achtsamkeit und neue Impulse schaffen wollten.

Im Interview erzählen sie, wie viel Potenzial in Waidhofen steckt und was es braucht, damit aus einer Vision ein Projekt für die ganze Stadt wird.

Was hat euch motiviert, gemeinsam das Festival in Waidhofen ins Leben zu rufen?

Susanne Leonhartsberger: Unsere Motivation entstand aus dem Wunsch, einen Ort zu schaffen, an dem Bewegung, Achtsamkeit, Begegnung und Wohlbefinden für alle spürbar werden. Die besondere Atmosphäre großer Gesundheits- und Bewegungsfestivals – dieses Gefühl, Neues auszuprobieren, Inspiration zu finden und sich selbst wieder näherzukommen – hat uns immer begleitet und angetrieben. Mit der Zeit wurde uns bewusst, dass all das auch in Waidhofen vorhanden ist: engagierte Trainerinnen und Trainer, vielfältige Angebote, viel Herzblut und ein großes Potenzial für Austausch. Diese Fülle ist jedoch selten an einem Ort sichtbar. Wir haben das große Glück, ein sehr abwechslungsreiches Angebot zusammenstellen zu können – und das alles quasi „vor der Haustür“ zu haben. Bewegung als etwas Wohltuendes zu erleben.

Gesundheit ist ein breites Thema – welchen Mehrwert soll das Festival konkret für die Menschen in Waidhofen schaffen?

Regina Durstberger: Das Festival soll Orientierung geben in einem Bereich, der oft unübersichtlich wirkt. An einem Tag können Besucherinnen und Besucher verschiedene Trainerinnen und Trainer sowie Bewegungsformen kennenlernen und erleben, wie vielfältig die Angebote in Waidhofen tatsächlich sind. Viele werden dabei entdecken, dass es für jede Lebensphase und jedes Bedürfnis passende Möglichkeiten gibt. Vom gemütlichen Anfänger bis zum leidenschaftlichen Sportler – bei diesem bunten Programm ist wirklich für jeden etwas dabei. Ob unterschiedliche Sportarten, Yogastile oder Workshops rund um Achtsamkeit: Jede Person kann sich frei durch das Programm bewegen und mitnehmen, was sich richtig anfühlt.

Drei Frauen, eine Idee, ein Festival – was braucht es, damit aus einer Vision ein Projekt für die ganze Stadt wird?

Julia Hintsteiner: Damit aus einer Idee ein Projekt für die ganze Stadt werden kann, braucht es Mut, Rückhalt, Vertrauen und Menschen, die mitgehen. Die Unterstützung der Gesunden Gemeinde war dabei entscheidend. Sie hat unser Konzept von Beginn an mit Offenheit und Begeisterung begleitet und damit den Schritt von der Vision zur Umsetzung möglich gemacht.

Als drei berufstätige Mütter wissen wir, wie wertvoll gesundheitsfördernde Angebote und tragfähige Netzwerke im Alltag sind. Das Festival ist für uns ein Herzensprojekt – und mit der Unterstützung der Stadt im Rücken hatten wir den Mut, es Wirklichkeit werden zu lassen.

Ebenso wichtig war die Bereitschaft der Waidhofner Anbieterinnen und Anbieter, sich einzubringen. Wir haben bisher viel Motivation, Vertrauen und zahlreiche helfende Hände erlebt. Vielleicht braucht es auch ein kleines Stück „positiven Wahnsinn“ – vor allem jedoch Engagement, Gemeinschaft und die Überzeugung, dass etwas Gutes und Nachhaltiges für viele entstehen kann.



Foto (v.l.): Regina Durstberger, Susanne Leonhartsberger und Julia Hintsteiner laden am 4. Oktober zum g'sund & g'schmeidig Festival ins Schloss Rothschild.

