



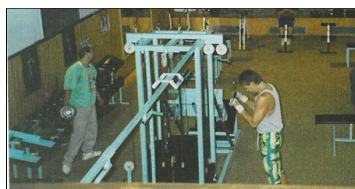
Vom Kinderzimmer ins moderne Studio

Den Body-Club Himberg gibt es nun schon seit 30 Jahren – eine Erfolgsgeschichte in vier Teilen – Teil I: Die ersten 10 Jahre.

HIMBERG | Begonnen hat alles in Moosbrunn, im Kinderzimmer bei den Eltern von Gerhard Müller. Eine Handvoll Freunde trainierten in diesem 2,8 x 3,5 Meter kleinen Raum. Die Geräte? Alle selbst gemacht. Beinahe jeden Tag trafen sich die Freunde und trainierten gemeinsam. Gerhards Eltern haben damals eine Toleranz an den Tag gelegt, die nicht leicht zu finden ist.

Schon damals träumte der junge Gerhard, der neben seiner Tischlerlehre auch im Jiu-Jitsu Verein Yawara Moosbrunn kämpfte und 1979 die Prüfung zum Schwarzgurt ablegte, vom Sport leben zu können. Auch der 1. Platz bei der Österr. Neulings-Staatsmeisterschaft im Bodybuilding 1986 bestärkte sein Vorhaben, er wollte ein eigenes Fitnessstudio besitzen.

Vom Kinderzimmer ging's nach dem Auszug weiter in den



Vom Haus zog Gerhards Body-Club in das alte Kino in Moosbrunn.

Keller seines Hauses. Danach wurde das alte Kino in Moosbrunn 1987 mit Familie und Freunden eigenhändig und in vielen Arbeitsstunden, in ein Studio umgebaut. Von dort ging es 1989 weiter nach Himberg in die Bahnstraße. Das erste professionelle Studio wurde eröffnet und im selben Jahr kam Tochter Petra auf die Welt. Vormittags noch als Frischdienstreisender unterwegs, nachmittags sofort ab ins Studio. Nach einigen Monaten wagte Gerhard den Schritt in die Selbstständigkeit.

Teil II dieser Erfolgsgeschichte lesen Sie im nächsten Mittendrin in Schwechat in KW 17!

EXPERTENTIPP



Gerhard Müller, Gründer und Inhaber des Body-Club Himberg.

Erfolg durch Konsequenz

Nicht jeder der Ski fährt, ist ein Marcel Hirscher und nicht jeder der eine Hantel in die Hand nimmt, kann „Arnie“ werden.

Was ich aber im Laufe der 30 Jahre Berufserfahrung bemerkt habe ist, dass wirklich JEDER, der konsequent und regelmäßig ins Studio kommt, mit einer Verbesserung rechnen kann – und das zu 100 Prozent! Sei es, um Übergewicht zu reduzieren, nach Operationen wieder in Form zu kommen oder um das Körperbewusstsein zu stärken, jede Frau und jeder Mann wird sich verbessern.

Es gibt keine geheime Formel oder Erfolgsrezept – es ist ganz einfach: Man muss den Sport, in seinen Alltag einplanen. So wird man es schaffen Erfolge zu sehen. Wir sind im Studio für jeden da, wir helfen gerne die gesteckten Ziele zu erreichen.

Mit sportlichen Grüßen und bis bald, Gerhard



Gerhard Müller, Peter Sabaditsch mit Schwester Eveline hatten Spaß beim Training daheim.

BODY-CLUB HIMBERG

2325 Himberg, Gutenhoferstr. 40
Tel. 02235/860 44, office@body-club.at
www.body-club.at

Gruppentraining • Ausdauer- und Krafttraining
Personal- und Rehabilitationstraining • Tennis • Solarium
Sauna • Massage • Kickboxtraining



Der Body-Club Himberg bietet professionelle Trainingsbetreuung für seine Kunden



Wann beginnst du mit deinem Training?
Steigere **JETZT** deine Lebensqualität und starte bei uns mit deinem gesundheitsorientierten Training!

„Eine bessere Fitness ist nicht nur im Alltag und Berufsleben von Vorteil, sondern auch nach Verletzungen, Erkrankungen oder Operationen. Ein fitter Körper regeneriert einfach besser.“



Zita Dr. Kröner, Facharzt für Orthopädie, orthopädische Chirurgie, Sportorthopädie und manuelle Medizin