

Der Schlüssel zu einem gesunden Leben

Messe „Aktiv & Gesund“ am 14. und 15. September in Magdeburg / Mehr als 40 Aussteller präsentieren Spannendes und Innovatives zum Thema Gesundheit

Das eigene Wohlbefinden gehört zu den wichtigsten Voraussetzungen für ein glückliches und entspanntes Leben. Doch wie bleibe ich gesund? Wie halte ich mich fit? Und was ist in puncto Ernährung unbedingt zu beachten? Antworten auf diese Fragen gibt es von Samstag, 14. September, bis Sonntag, 15. September, in der Messe Magdeburg. Zwischen 10 und 18 Uhr zeigen mehr als 40 Aussteller auf der Messe „Aktiv & Gesund“ alles, was zu einem gesunden Leben gehört. Jede Menge Lust auf neue Hobbys und einen ausgeglicheneren Lebensstil macht das Sonderthema in diesem Jahr: „Aktive Erholung“ lautet das Stichwort.

Einmal die chinesische Kampfkunst Chen Taiji ausprobieren, spannende Hintergründe über Hypnose erfahren und die passenden Reiseangebote finden – das alles ist möglich auf der Messe „Aktiv & Gesund“. Bereits seit acht Jahren finden die Magdeburger Gesundheitstage in den Messehallen statt. Seitdem dreht sich alles um eine bewusste Lebensweise. Diesen September ist nicht nur der Name neu, sondern auch das erweiterte Angebot. Die zahlreichen Aussteller werden eine einzigartige Kombination aus Bewegungs- und Wellnessangeboten, klassischer Medizin sowie alternativen Heilmethoden präsentieren.

Ein aktiver Lebensstil und eine bewusste Ernährung sind der Schlüssel zu einem gesunden und entspannten Leben. Ein Teil der Aussteller vertritt daher in diesem Jahr das Thema „Aktive Erholung“. Dafür gibt es unzählige Möglichkeiten, vom klassischen Training im Fitnessstudio über ausgedehnte Radtouren bis hin zu Wellnessreisen und Entspannungsübungen. Die Messebesucher können nicht nur verschiedene Sportangebote ausprobieren, sondern auch an zahlreichen Checks und Vorsorgetests teilnehmen. Bei Vorträgen bekommen Interessenten tiefe Einblicke in das Thema Gesundheit.

Für Aufsehen wird am Sonntag, 15. September, auch die Motorradkolonne vom Verein der Freunde und Förderer der Universitätsmedizin Magdeburg e. V. sorgen. Dutzende Teilnehmer der Benefiz-Aktion „Motorradfahren mit Herz“ werden gegen 14 Uhr auf dem Messegelände erwartet.

Das Besondere: Am Wochenende rund um den 14. und 15. September finden in der Messe Magdeburg gleich drei Messen auf einmal statt. Mit nur einem Ticket können alle Hallen und Aussteller besucht werden. Neben „Aktiv & Gesund“ wird die Messe „Herbstgeflüster“ über Neuigkeiten aus den Bereichen Lifestyle, Hobby und Genuss informieren. Bei den Ausstellern der Messe „Haus + Hof“ wird es um cleveres Bauen, Mieten und Einrichten gehen. Währenddessen verwandelt sich der Elbuenpark in ein großes Festgelände mit Markttreiben, Landtechnik- und Tierschau. Hier findet das ganze September-Wochenende über das Landeserntedankfest statt.

Tickets für die drei Messen – Aktiv & Gesund, Herbstgeflüster sowie „Haus + Hof“ – gibt es am 14. und 15. September vor Ort in der Messe Magdeburg, direkt neben dem Elbuenpark. Die Tageskarte kostet 4 Euro, ermäßigt 3 Euro. Wer zusätzlich das Landeserntedankfest im Elbuenpark besuchen möchte, kann eine Kombikarte für 8 Euro, ermäßigt 4,50 Euro, erwerben. Kinder bis einschließlich 6 Jahre haben in Begleitung Erwachsener freien Eintritt.

Mehr Infos gibt es online unter: www.messe-aktiv-gesund.de.

Veranstalter: Messe- und Veranstaltungsgesellschaft Magdeburg (MVGM) GmbH

Geschäftsführer Steffen Schüller, Tessenowstraße 5a, 39114 Magdeburg

Projektleitung: Anja Gertig | Tel.: 0391 5934-433 | Fax: 0391 5934-397 | E-Mail: presse@mvgm.de

[Nach oben](#)



[nach oben](#)