

intersana

MESSEMAGAZIN

FAMILIE



MEDIZIN



» Das **Live-Event** für
meine Gesundheit. «

NATUR-
HEILKUNDE



SPORT



ERNÄHRUNG



Eine Verlagsbeilage der Augsburgener Allgemeinen und ihrer Heimatzeitungen vom 27. April 2024

intersana

INHALT

Grußworte zur Messe	3
Themenbereich Ernährung mit Live-Cooking-Area	7
Themenbereich Sport	10
Themenbereich Familie	12
Themenbereich Medizin und Chill-out-Area	13
Logos der Aussteller, Teil 1	14
Themenbereich Naturheilkunde	15
Programm	16
Hallenplan	20
Ausstellerverzeichnis	22
Logos der Aussteller, Teil 2	25
Start-ups	26
Logos der Aussteller, Teil 3	30
Check-up	32
Logos der Aussteller, Teil 4	35
Anreise und ÖPNV	38
Weitere Attraktionen	39



Vom 3. bis zum 5. Mai lädt die intersana 2024 auf das Messegelände Augsburg ein. Wie bei der Premiere im vergangenen Jahr dürfen sich die Besucherinnen und Besucher wieder auf viele Neuheiten, aber auch Bewährtes im Gesundheitsbereich freuen.

IMPRESSUM

„intersana Messemagazin“ ist eine Verlagsbeilage der Augsburgener Allgemeinen, Nr. 98, vom Samstag, 27. April 2024. | **Vorsitzende der Geschäftsleitung:** Andreas Schmutterer, Dr. Bernhard Hock | **Verantwortlich für Text:** Andreas Schäfer | **Verantwortlich für Anzeigen:** Matthias Schmid (Ltg.), Johannes Brehm, Thomas Domler | **Redaktion und Produktion:** Carina Steinhart, Birgit Waldmann | **Titelgestaltung und Layout:** Ines Zachai, Medienzentrum Augsburg GmbH | **Fotos (soweit nicht anders angegeben):** Bernd Rottmann | **Produktmanagement:** Florian Scheurer, Julia Leimer

Ohne Gesundheit ist alles nichts

Grußwort von Matthias Schmid

*Liebe Besucherinnen und
Besucher der intersana,
liebe Leserinnen und Leser,*

der Philosoph Arthur Schopenhauer hat es bereits im 19. Jahrhundert auf den Punkt gebracht: „Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“ Daher tun wir gut daran, uns um dieses so wertvolle Gut zu kümmern, uns zu informieren und fit zu halten. Ganz viele Anregungen dafür bietet demnächst die Messe „intersana – das Live-Event für meine Gesundheit“. Vergangenes Jahr haben wir die traditionsreiche Gesundheitsmesse erfolgreich wieder aufleben lassen, die aktuelle Auflage findet nun vom 3. bis zum 5. Mai in der Messe Augsburg statt – mit noch mehr Infos, noch mehr interessantem Input und vielen ansprechenden Ausstellenden. Auf vielfachen Wunsch unserer Besucherinnen und Besucher präsentieren wir diesmal



Matthias Schmid, Gesamtleiter Werbevermarktung und Mitglied der Geschäftsleitung der Augsburger Allgemeinen.

Foto: Bernhard Weizenegger

neu die Themenwelt „Naturheilkunde“, die die Bereiche Medizin, Sport, Ernährung und Familie ergänzen wird. Neu ist auch der intersana-Check-up, der Ihnen, liebe Besucherinnen und Besucher, dabei hilft, bestmöglich von Ihrer Zeit auf der Messe zu

profitieren. Wie auf einer Checkliste sind dort alle Präventionsangebote unserer Aussteller aufgeführt.

Besonders freue ich mich auf das vielfältige Rahmenprogramm sowie eine Reihe von prominenten Gästen, die die intersana besuchen werden und

damit zeigen, welchen Stellenwert unser Gesundheitsevent in der Augsburger Messe hat. Freuen Sie sich also mit mir beispielsweise auf Christian Henze. Der TV-Starkoch wird die Töpfe auf unserer Live-Cooking-Bühne zum Dampfen bringen und anschaulich zeigen, wie einfach gesundes, leckeres Essen geht. Oder auf die Weltmeisterin Tina Rupprecht, mit der Sie – mit etwas Mut – am Sonntag beim Boxtraining in den Ring steigen können. Gespannt bin ich auch schon auf den Auftritt von Patric Heizmann am Eröffnungstag der intersana. Der Gesundheitsexperte verknüpft in seinen Vorträgen Themen wie Fitness und Ernährung mit einer gesunden Prise Humor. Eine inspirierende Mischung – so wie die ganze intersana!

*Ihr
Matthias Schmid
Gesamtleiter Werbevermarktung
Mitglied der Geschäftsleitung*

Ein Ort des Austauschs und der Inspiration

Grußwort von Lorenz A. Rau

Liebe Besucherinnen und Besucher der intersana 2024,

herzlich willkommen zur diesjährigen Ausgabe unseres Gesundheits- und Lifestyle-Events! Die intersana, eine der größten Messen im deutschsprachigen Raum zu diesem Thema, steht für ein einzigartiges Konzept, das darauf abzielt, Ihnen ein interaktives Erlebnis zu bieten, das nicht nur Ihre Gesundheit fördert, sondern dabei eine Menge Spaß macht.

Unser Ziel ist es, Ihnen als Besucherinnen und Besucher eine vielfältige Auswahl an Ausstellern in fünf Themenwelten zu präsentieren, die Medizin, Naturheilkunde, Familie, Sport und Ernährung umfassen und so alle wichtigen Aspekte im Bereich der Gesundheit abdecken. Dabei haben wir in der Vorbereitung für die intersana 2024 insbesondere Ihren Wunsch nach einer intensive-



Geschäftsführer der Messe Augsburg, Lorenz A. Rau.

Foto: Messe Augsburg / Fotograf: Daniel Biskup

ren Auseinandersetzung mit dem Thema Naturheilkunde berücksichtigt und eine neue Themenwelt geschaffen, die natürliche Heilverfahren,

Naturkosmetik und Körperpflege beinhaltet. Das Programm der intersana bietet Ihnen ein breites Spektrum an Aktivitäten, darunter

Interviews mit prominenten Persönlichkeiten, Live-Cooking, Trainings mit Sportgrößen, informative Vorträge zu verschiedenen Gesundheitsthemen sowie zahlreiche interaktive Workshops und Aktionen. Jeder Aussteller und jeder Programmpunkt lässt sich einer der fünf genannten Themenwelten zuordnen – und macht es für Sie, liebe Besucherinnen und Besucher, noch einfacher sich einen umfassenden Überblick rund um Ihre Gesundheit zu verschaffen.

Die intersana ist nicht nur eine Messe, sondern ein Ort der Begegnung, des Austauschs und der Inspiration. Ich lade Sie herzlich ein, aktiv teilzunehmen, Neues zu entdecken und ein Zeichen für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu setzen. Ich wünsche Ihnen eine inspirierende und bereichernde Messeerfahrung!

*Lorenz A. Rau
Geschäftsführer Messe Augsburg*

Jeder Schritt zählt!

Grußwort der Bayerischen Staatsministerin Judith Gerlach

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Besucherinnen und Besucher,

auch in diesem Jahr können Sie sich bei der intersana in Augsburg über Möglichkeiten der Prävention und Gesundheitsförderung informieren und vielfältige Anregungen finden, um Ihrer Gesundheit etwas Gutes zu tun. Unterschiedlichste Aspekte gehören dazu: sich gesund zu ernähren und viel zu bewegen, aber auch nicht zu rauchen, Stress zu vermeiden oder die Angebote der Vorsorge und Früherkennung zu nutzen, die von den Krankenkassen empfohlen werden. Was mir besonders am Herzen liegt: Es ist nie zu spät, um mit einer gesunden Lebensweise zu beginnen. Jeder Schritt zählt! Das Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention unterstützt Sie dabei, möglichst fit und gesund zu bleiben. Gemeinsam mit den Partnern in



**Bayerische Staatsministerin für Gesundheit, Pflege und Prävention
Judith Gerlach.** Foto: StMD-Anne-Hufnagl

unserem Bündnis für Prävention, im Öffentlichen Gesundheitsdienst und in den Gesundheitsregionenplus bieten wir eine Vielzahl von Informa-

tionen, Aktionen und Projekten. Nutzen Sie die zahlreichen regionalen Angebote zur Gesundheitsförderung! Gerade in und um Augsburg haben

Sie vielfältige Gelegenheiten dazu! Bescheid zu wissen, was unsere Gesundheit schützt und stärkt, ist eine unverzichtbare Voraussetzung für ein gutes Leben. Die intersana bietet beste Möglichkeiten zur Information. Sehr gerne habe ich deshalb die Schirmherrschaft für die Messe übernommen. In diesem Jahr haben die Veranstalter Medizin, Sport, Ernährung, Familie und Naturheilkunde als große Themenbereiche gewählt. Ein herzliches Dankeschön allen Organisatoren! Ich wünsche Ihnen einen interessanten Rundgang auf dem Messegelände und dass Sie einige für sich passende Anregungen mit nach Hause nehmen und in Ihren Alltag integrieren. Alles Gute für Sie und Ihre Gesundheit!

*Ihre
Judith Gerlach, MdL Bayerische Staatsministerin für Gesundheit, Pflege und Prävention*

Eine einzigartige Mitmach-Plattform

Grußwort von Oberbürgermeisterin Eva Weber

*Liebe Besucherinnen und
Besucher der intersana 2024,*

mit der intersana Gesundheitsmesse präsentiert sich Augsburg vom 3. bis 5. Mai 2024 als DER Gesundheits-Hotspot.

Die Messe Augsburg hat in Zusammenarbeit mit der Mediengruppe Pressedruck erneut ein vielversprechendes Konzept für die intersana entwickelt. Die neue Themenwelt Naturheilkunde erweitert das Angebot für Besucherinnen und Besucher und ergänzt die Themenwelten Medizin, Sport, Ernährung und Familie.

Gesundheit und Pflege sind die Megathemen der 2020er-Jahre und die Bedeutung der Gesundheitswirtschaft als regionaler Schwerpunkt wächst stetig. Der Wirtschaftsraum Augsburg steht mit der Universitätsmedizin, der Laborichte und den innovativen Medizintechnikunternehmen für eine hervorragende medizi-



Augsburgs Oberbürgermeisterin Eva Weber.

Foto: Stadt Augsburg

nische Infrastruktur und Versorgung. Zu einer ganzheitlichen Betrachtung von Gesundheit gehören Food- und Fitness-trends genauso wie Präventionsangebote.

Mit Live-Cooking, Fitnessfläche, Parcours und einer Startup-Area bietet die intersana auch im Rahmenprogramm eine einzigartige Mitmach-Plattform für alle Altersgruppen. Nehmen Sie sich die Zeit, den bekannten Experten wie Patric Heizmann, TV-Koch Christian Henze und Profiboxerin Tina Rupprecht zu lauschen, die ihre Tipps für einen gesunden Lebensstil mit Ihnen teilen.

Allen Ausstellenden und Besucherinnen und Besuchern wünsche ich einen erfolgreichen Messeverlauf und einen angenehmen Aufenthalt in Augsburg.

*Ihre Eva Weber
Oberbürgermeisterin
der Stadt Augsburg*

Superfoods: Gesund und Lecker

Der Themenbereich Ernährung auf der intersana 2024.

Neben der Bewegung ist die richtige Ernährung ein wichtiger Baustein für ein gesundes Leben. Deshalb gehören Anbieter und Anbieterinnen gesunder Nahrungsmittel zu einer Gesundheitsmesse wie der intersana einfach dazu. Man darf sich also freuen auf Stände von Rapunzel Naturkost, die seit 1974 zu den Bio-Herstellern in Europa gehören und in einem Vortrag am Sonntag die Bedeutung nativer Speiseöle vorstellen.

Sich gesund und vollwertig zu ernähren ist besonders für Kinder und Heranwachsende, aber auch für Schwangere wichtig. Die Ausstellenden auf der intersana haben deshalb dazu ganz eigene Angebote mitgebracht, die meistens an den Ständen auch verkostet werden dürfen. Und wer mehr über die Zubereitung und das Kochen lernen möchte, sollte sich die Live-Cooking-Aktionen unter anderem mit TV-



Gemüse gehört zu einer gesunden Ernährung. Doch man kann noch mehr für seinen Körper und Geist beim Essen tun.

Starkoch Christian Henze in jener Area nicht entgehen lassen.

Nicht nur gut essen fördert die Gesundheit, manchmal ist es auch der Verzicht aufs Essen, der gesund hält. Das wollen Dr. med. Elke Lorenz und Daniel Spierer am Sonntag mit ihrer Fastenformel „5+1 Tage Fasten mit Genuss“ demonstrieren. Iris Kubaschinski dagegen informiert über den Zusammenhang von Vitamin D und Darmgesundheit und was man selbst dazu tun kann. Und um die Ernährung nach der traditionellen chinesischen Medizin geht es bei einem Vortrag von Andrea Seiner von TCM for Life.

Egal also, ob Sie mit einer guten Ernährung einfach nur gesund bleiben wollen oder mit speziellen Therapien oder Lebensmitteln Ihre Gesundheit verbessern möchten – die intersana 2024 bietet dazu Information. *bim*

Genussgarten

Wer beim Messerundgang Hunger oder Durst bekommt, dem sei der Genussgarten auf der intersana empfohlen. Er ist im Freien und lädt zu veganen, aber auch zu fleischhaltigen Gerichten, süßen Snacks und frischen Getränken ein und eignet sich ideal für eine Pause während des Rundgangs, um zur Ruhe zu kommen und all die Eindrücke sacken zu lassen. Bewirtet wird der Genussgarten vom Caterer „Die Tafeldecker“ aus Augsburg, die auch für ihre Restaurants bei der Fuggerei und dem Hopfengarten in Stadtbergen bekannt sind.

Sollte das Wetter nicht mitspielen, findet man den Genussgarten auf einer großen Fläche im Innenbereich der Messe. Guten Appetit!

Genuss ohne schlechtes Gewissen

Live-Cooking-Area: Hier wird geschnippelt, gebrutzelt und probiert.

Ein Herzstück der intersana ist die Live-Cooking-Area. Hier zeigt unter anderem TV-Star-koch Christian Henze, dass gesundes Essen auch extrem lecker ist. Er wird, wie er in einem Interview zur intersana erzählt, „einen

emotionalen und mitreißenden Vortrag halten, von dem alle begeistert sein werden, da durch die Kochshow fast alle Sinne angesprochen werden: sehen, hören, riechen und schmecken.“ Natürlich

wird es inhaltlich um Gesundheit, gesunde Lebensmittel und Freude am Kochen gehen, denn das ist das Wichtigste, verrät der Experte.

Weitere Akteure in der Live-Cooking-Area sind Martin Birzele von der AOK Bayern, der mit Prep-Meals demon-

striert, wie bequem Vorkochen ist, The Kitchen aus Augsburg, die veganes und modernes Sushi sowie Waffeln für Diabetiker kreieren und Hebamme Beate C. Klingler, die Breis für Babys zaubert.

Durch die hochprofessionelle Technik der Live-Küche kann man den Köchinnen und Köchen während der Zubereitung über Displays in den Kochtopf blicken. Außerdem berichten sie währenddessen über die Zusammenstellung der Gerichte, geben Tipps und Empfehlungen und erklären natürlich jeden Zubereitungsschritt für das Nachmachen zu Hause. Selbstverständlich dürfen die gekochten Gerichte anschließend probiert werden. *bim*



Foto: oh



In der Live-Cooking-Area geht es im wahrsten Sinn des Wortes heiß her und es darf probiert werden. Mit dabei: Starkoch Christian Henze.

Die Küche

Die Showküche wird von **Küche Aktiv Augsburg** gesponsert – dem Partner für hochwertige Einbauküchen. Küche Aktiv Augsburg verwirklicht Küchenträume bereits seit Januar 2005. In ihrem Küchenstudio in der Blücherstraße 31 beraten, planen und bemustern Küchenexperten und -expertinnen. Sie unterstützen Sie persönlich und professionell auf dem Weg zu Ihrer Traumküche. Entdecken Sie Ihre Küchenauswahl von günstigen und wohnfertigen Einbauküchen bis hin zu hochwertigen Designküchen nach Maß. Küche Aktiv verkauft auch höchst attraktive Einbauküchen auf der intersana und bietet einen unschlagbaren Messe-Deal mit bis zu 50 Prozent Rabatt. Wer also eine neue Küche braucht, sollte vorbeischaauen!

PROGRAMM

LIVE-COOKING-AREA

Freitag, 03.05.2024

- 12.00 Uhr **Vorkochen 2.0 – Let's prep!**
Clever planen, entspannt vorkochen, gesund genießen
 Martin Birzele
 AOK Bayern – Die Gesundheitskasse
- 14.00 Uhr **Vegane moderne Sushi-Kreationen**
Variationen von Inside-Out-Maki-Rollen mit veganen hochwertigen Zutaten
 Un-Ju Jeong – Culinarevents and more, The Kitchen Augsburg

Samstag, 04.05.2024

- 11.00 Uhr **Diabetiker geeignete Mandelwaffeln mit Fruchtsoße und Wassermelonen-Büffelmozzarella Salat**
 Lena Anwander
 The Kitchen Augsburg
- 13.00 Uhr **Christian Henze kocht!**
„Gesunde Ernährung“
Die Dosis macht das Gift! – Finden Sie die richtige Balance
 Christian Henze

Sonntag, 05.05.2024

- 10.00 Uhr **Brei-Zauber: Einfache Tricks für die ersten Löffelchen**
Babys erster Gourmetkurs: Eine Reise durch die Welt des Breis
 Hebamme Beate C. Klingler
- 13.00 Uhr **Proteinshakes: Wofür sind sie gut?**
Vorteile für Muskelaufbau, Muskelerhalt, Fettreduktion und eine gesunde Ernährung
 Christian Minor – NATGYM
- 15.00 Uhr **OMEGA für ALLE mal anders.**
Shots und Burritos mit Leinöl & Co. für die ganze Familie
 Justina Wilhelm
 Rapunzel Naturkost GmbH



**VIEL SPASS BEIM
 ZUSCHAUEN
 UND GENIESSEN!**



Tagesaktuelles Programm unter
messe.intersana.de/programm

Stand: 12. April 2024. Angaben ohne Gewähr.
 Kein Anspruch auf Vollständigkeit.



Wenn nicht jetzt, wann dann?

Der Themenbereich Sport.

Wer rastet, der rostet. Der Spruch mag alt sein, ist aber so aktuell wie nie zuvor.

Denn wir haben heute ein langes Leben vor uns, das wir möglichst gesund verbringen wollen. Und dazu gehört es, sich zu bewegen, Sport zu treiben, aktiv zu sein. Das beugt Krankheiten vor und lässt uns wieder schneller gesund werden. Muskeln und Knochen werden gestärkt, Kalorien verbrannt und Stress abgebaut. Sie wissen nicht, wie Sie anfangen sollen? Dann kommen Sie zur intersana 2024 und las-

**Sport-
klamotten
nicht ver-
gessen!**

sen Sie sich auf der Fitness-Area mitnehmen zu Workouts, zum Tanzen, Boxen oder Yoga. Oder schauen Sie einfach zu und lassen Sie sich an den Ständen in dieser Area zu mehr Bewegung im Alltag oder unterschiedlichen Trainingsarten inspirieren. Mehr über die verschiedenen Aktivitäten erfahren Sie im Artikel auf der nächsten Seite. Hier verraten wir auch, wann Sie bekannte Personen treffen und sogar mit diesen trainieren können.

bim|casi



Vergangenes Jahr konnte man beim Federballspielen sein Können beweisen.



Klettern oder Stretching – die intersana lädt zum Mitmachen ein.

Machen Sie mit!

Die Angebote auf der Fitness-Area laden ein.

Bewegung ist ein wichtiger Bestandteil im Leben, wenn es darum geht, gesund zu bleiben. Deshalb widmet sich ein großer Teil des Angebots auf der intersana 2024 dem Sport. Eine weitläufige Fitness Area lädt zum Mitmachen und Kennenlernen neuer oder anderer Sportarten ein.

Den Anfang macht an allen drei Tagen jeweils am Vormittag Renate Dumreicher. Die Influencerin versorgt auf Instagram als „samoja-fitness“ mehr als 250.000 Followerinnen und Follower mit regelmäßigen Work-outs und Tipps und bietet ein Welcome-Work-out „5 an einem Tag“ an. Am Freitag, 3. Mai, schließen sich daran Dance4Kids der Tanzschule Trautz und Salmen an. Nachmittags gibt es an diesem Tag Core Extreme – ein Kurs mit Alexandra Schleifmann vom Jumpers Fitness Haunstetten, der sowohl Kraft als auch Ausdauer fordert und sowohl für

Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet ist. Außerdem bietet das Fitness-Center FitX ein intensives Intervalltraining mit Kraft- und Ausdauer-elementen an. Zwischendurch kommen auch Hula-Hoop-Begeisterte auf ihre Kosten. Elli Hoop sorgt mit ihrem Reifen-Work-out für Spaß und eine starke Mitte. Den Abschluss bildet am Freitag noch einmal Renate Dumreicher mit einem Beckenbodentraining. Dem nicht genug bietet sich am Freitag von 13 bis 14.30 Uhr die Möglichkeit, sich mit dem Content-Creator Fabian Pecher an der Torwand zu messen. Der Fußball-Content-Creator begeistert mit seinen Tricks seine Followerinnen und Follower. Auf der intersana gibt er Tipps und Tricks und man kann tolle Preise gewinnen. Übrigens wird



Fabian live eine Challenge auf TikTok übertragen. Am Samstag, 4. Mai, zeigt der Sportakrobatikverein Augsburg-Hochzoll 1957 e.V. Sportakrobatik und FitX lädt zum

Mitmachen bei Xamba ein, einem perfekten Mix aus Fitness und Tanzen zu mitreißenden Latin Rhythmen. Dass Tanzen oft die beste Medizin ist, will auch Constantin Schmitt von der Tanzschule Trautz und Salmen zeigen und fordert ebenfalls zum Mittanzen auf. Am Sonntag, 5. Mai, können sich Kinder bei einem Kinder-Sport-Parcours der DKSA Deutschen KinderSportAkademie GmbH versuchen, während für ihre Eltern vielleicht eher CardioBoX interessant ist. Der Ausdauerkurs beinhaltet Elemente aus dem Boxbereich. Und wer genau wissen möchte,

wie man die Fäuste richtig schwingt, sollte das Box-Training mit der Boxweltmeisterin Tina Rupprecht nicht verpassen. Um 14 Uhr gibt die Profisportlerin einen Einblick in die Boxwelt und zeigt, wie die Kontaktsportart funktioniert. Sein Lauftalent kann man übrigen sowohl am Freitag als auch am Samstag unter Beweis stellen. Um 17 Uhr finden die Community Runs von Absolut Run Augsburg statt. Start ist am Haupteingang am Stand von On/Hoka.

Fokus setzen

Doch nicht nur den Puls kann man auf der intersana in die Höhe treiben, auch der Geist wird gefördert. Auf der neuen Focus-Area kann man bei unterschiedlichen Yoga-Programmen mitmachen. Ob Vinyasa-Flow-Yoga für zwischendurch oder Kinder-Yoga-Parcours – die Sportart schärft Körper und Geist.

bim/casi



Auf der intersana kann man mit Content-Creator Fabian Pecher und Boxweltmeisterin Tina Rupprecht (Bild links) trainieren.

Fotos: Pecher;
Manuel Buschendorf

Mehr erfahren

Das gesamte Programm finden Sie ab Seite 16.

Sie wollen mehr über Fabian, Renate oder Tina wissen, dann schauen Sie auf unserem Instagram Account oder auf unserer Webseite intersana.de vorbei. Hier stellen wir sie Ihnen noch mal ausführlich vor.



Von der Geburt bis ins Alter

Der Themenbereich Familie hat Angebote für jeden Lebensabschnitt.

Wissen Sie, was Stacking ist? Oder kennen Sie die drei Geheimnisse guter Körperhaltung? Nein? Dann sollten Sie die

intersana nicht versäumen. Die Gesundheitsmesse befasst sich mit gesundheitlichen Fragen jeden Alter – von den Bedürfnissen der Kleinsten bis zu den Älteren, denn die Gesundheit ist in jedem Lebensalter das Wichtigste.

Dementsprechend breit gefächert ist das Programm für Groß und Klein.

• Zum Beispiel geht es am Sonntag über Kopfschmerzen bei Kindern. Dr. Michaela V. Bonfert vom Kinderkopfschmerzzentrum und Concussion Clinic am LMU Klinikum München und Katalin Ilona Piechotta, Kinderneurologie-Hilfe München informieren über Kopfschmerzen. Wo kommt der

Schmerz her, was kann ich tun, wann sollte ich zum Arzt gehen?

• Am Samstag stellt Hebamme Beate C. Klingler Still-Menü oder Flaschen-Buffer für Babys vor.

• Außerdem befasst sich Anja Linder vom Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH mit der Re-Mobilisierung von mobilitätseingeschränkten Klienten.

Die intersana bietet Tipps zum Geburts-Countdown ebenso wie zu den Wechseljahren und hat auch Vorträge zum richtigen Atmen im Alltag oder zum Gehirntaining im Programm. Es gibt Infos zu neuen Wohnformen 55 plus, zur Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht und auch – passend zur Jahreszeit – zum effektiven Zeckenschutz.

Auf der Fitness-Area wird Kindertanzen ebenso zum Mitmachen angeboten wie

Beckenbodentraining für ältere Besucherinnen und Besucher. Und beim Live-Cooking werden Breis für Babys zubereitet, aber auch Mandelwaffeln für Diabetiker.

Um den in jedem Alter allgegenwärtigen Stress geht es beim Augsburger Gesundheitsdialog – einer Vortragsrunde mit anschließender Podiumsdiskussion – oder bei einem Vortrag von Barbara Koppold über Stress als Ursache jeglicher Krankheit. Und weil Bewegung auch schon bei den Kleinen heute zu kurz kommt, lädt die DKSA Deutsche Kinder-SportAkademie GmbH zu ihrem Kinder-Sport-Parcours ein. Für jedes Alter ist also etwas dabei auf der intersana 2024. Übrigens: Das eingangs erwähnte Stacking ist eine andere Art des Gehirntrainings. Mehr dazu erfahren Sie auf der intersana 2024.

bim



Foto: Wavebreakmedia/Micro, stock.adobe.com

Chill-out-Area

- Erschöpft von den Eindrücken auf der intersana oder vom Mitmachen auf der Fitness-Area? Dann lässt es sich in der Chill-out-Area gut – oder besser – ergonomisch sitzen. Der Aussteller Stryve hat dafür Active Balls zur Verfügung gestellt. Damit sitzt man nicht nur, sondern bleibt konstant in Bewegung beim Sitzen – ohne, dass der Ball wegrollt.
- Es gibt aber auch ganz normale Sitzbänke für alle, die sich mit der Balance bei den Active Balls schwertun.
- In der Chill-out-Area findet man außerdem zwei Umkleidekabinen für alle, die beim Programm auf der Fitness-Area mitmachen oder zwischendurch ihr Baby stillen möchten.
- Selbstverständlich lässt sich hier auch gemütlich das Messemagazin durchblättern und sicher noch der eine oder andere interessante Programmpunkt finden.



Die intersana bietet zahlreiche Check-up-Möglichkeiten wie Messungen und Tests aus der Medizin und unterstützt so die Besucherinnen und Besucher bei der Vorsorge.

Vorsorge wird großgeschrieben

Der Themenbereich Medizin.

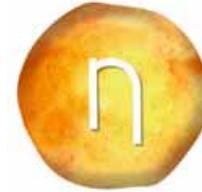
Ob mentale oder körperliche Gesundheit – wenn es in einem oder gar beiden Bereichen fehlt, ist die moderne Medizin gefragt. Sie ist mit verschiedenen Ausstellern und Ausstellerinnen auch auf der intersana 2024 vertreten. Es geht um Stressbewältigung, gesunde Bewegung oder Schilddrüsenerkrankungen. Und vor allem um Prävention, denn diese nimmt einen großen Teil des Fachgebiets ein und ist wichtiger denn je.

So bietet die Gesundheitsmesse intersana 2024 eine Vielzahl an größtenteils kostenlosen Check-up-Möglichkeiten im Gesamtwert von über 250 Euro von der Testosteronmessung über einen Augen-Hand-Koordinations-Test, Hörscreens, Ganzkörperanalyse,

eine Ayurveda-Diagnose bis hin zur Hautanalyse. Selbstverständlich können auch Produkte getestet werden wie zum Beispiel fermentierte Bio-Essenzen, vegane Nahrungsmittel oder frische Säfte vom Slow Juicer.

Das Live-Event intersana informiert aber unter anderem auch über Techniken für mehr Resilienz, Kopfschmerzen bei Kindern oder Ursachen und Therapien für Post- und Long-Covid. Und wer selbst einen Beitrag für die Medizin leisten möchte, kann sich auf der intersana am Freitag, 3. Mai, zum Blutspenden anmelden und so selbst helfen, Leben zu retten. Dafür gibt es sogar kostenlosen Eintritt zur intersana 2024.

**WIR SIND AUF DER
INTERSANA 2024 DABEI!**



Nuhrovia
mit der Kraft der Sonne

baenny

arminlabs



Das Studio für Ihre
Gesundheit



siegmund care

Deutsche Gesellschaft für
Mann und Gesundheit e.V.



neurolab
vital

Von Naturkosmetik bis Yoga

Der neue Themenbereich Naturheilkunde auf der intersana 2024.

Für viele Wehwechen und Krankheiten muss man nicht die Chemiekeule schwingen. Sie lassen sich auch mit Mitteln und Therapien aus der Naturheilkunde oder einer naturgemäßen Lebensweise heilen. Und auch zur Prävention von Erkrankungen kann Mutter Natur beitragen.

Unter dem Begriff Naturheilkunde bezeichnet man verschiedene Naturheilverfahren, meist Therapien, die im Körper natürliche Reaktionen anregen sollen und in der Natur vorkommende Mittel wie Wärme, Kälte, Wasser, Erde, Luft, Nahrung oder Pflanzen verwenden. Naturheilkunde aktiviert die körpereigenen Selbstheilungskräfte und stellt wieder ein gesundes Gleichgewicht im Körper her.

So gehört die Atemtherapie ebenso zum Bereich der Naturheilkunde wie das Kneipen, natürliches Licht oder die basische Ernährung. Auch

die Entschlackung oder die Entsäuerung sowie die Darmreinigung zählen dazu. Bei der Phytotherapie stehen Pflanzen, meist Kräuter, im Mittelpunkt und bei der Hydro- oder Balneotherapie wird die heilsame Kraft des Wassers eingesetzt.

Weil Bewegung ein ganz wesentlicher Bestandteil der Naturheilkunde ist, gibt es hier sehr viele Therapien, zum Beispiel die Physiotherapie, Yoga, Qigong oder auch die Tanztherapie. Schließlich zählen auch die Akupunktur, die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Ayurveda, die Bach-Blütentherapie, Homöopathie, Osteopathie oder das Schröpfen zu den naturheilkundlichen Ver-



Die Naturheilkunde kennt viele Bewegungstherapien. Eine davon ist Yoga, das in der Stage-Area vorgestellt wird.

Foto: pridneprovskiy, stock.adobe.com

fahren. Die intersana 2024 bietet Ihnen die Gelegenheit, einige Angebote aus der Alternativmedizin kennenzulernen, denn die Naturheilkunde ist dort ein neuer Themenbereich.

So bieten Ausstellerinnen und Aussteller wie Rapunzel alles für eine gesunde Ernährung oder Dr. Hauschka natürliche Kosmetik für jede Haut und es gibt auch zahlreiche Angebote in der Live-Cooking-Area.

- In der Community-Area geht es in einem interaktiven Vortrag um das Thema Atemtherapie und Atempädagogik oder
- um die Stärkung der Mitte mit der

TCM und wie die Ernährung nach der traditionellen chinesischen Medizin das Wohlbefinden verbessert.

- Auf der Fitness-Area darf man sich aufs Tanzen als die beste Medizin freuen,

- bei einer Kinder-Yoga-Schnupperstunde mitmachen oder

- mit Starkoch Christian Henze die richtige Balance bei der Ernährung in der Live-Cooking-Area finden.

Weitere Informationen aus der Naturheilkunde bietet die Stage-Area. Hier erfahren Sie Wissenswertes über

- Vitamin D und die Darmgesundheit,

- den Umgang mit Stress,

- die Fastenformel oder

- warum native Speiseöle so gesund sind.

Was auch immer Sie anspricht, die Naturheilkunde bietet ein breites Spektrum, um gesund zu bleiben oder zu werden.

bim

PROGRAMM

STAGE-AREA

Freitag, 03.05.2024

- 10.30 Uhr **Offizielle Messe-Eröffnung**
- 11.00 Uhr **Warum BGM & Gesundheit im Unternehmen?**
Wie fit ist Ihr Unternehmen?
Auf agile Anforderungen vorbereitet sein
 Robert Brunner – Balance Consulting UG
- 12.30 Uhr **Eine ganz „normale“ Zugfahrt**
Warum mentale Gesundheit kein Luxus, sondern eine Notwendigkeit ist!
 CARIA – DIE MENTAL CHANGE KOMPLIZEN
- 13.30 Uhr **Augsburger Gesundheitsdialog: Digitaler Stress in der Gesundheitsforschung und -versorgung**
Vortragrunde mit anschließender Podiumsdiskussion
 Prof. Anja Göritz, Fachgebiet Behavioral Health Technology, Prof. Jeffrey Wimmer, Fachgebiet Kommunikationswissenschaft - Medienrealität, Dr. Manfred Schoch, Fachgebiet Digitales Management, Moderation: Prof. Robert Nuscheler, Fachgebiet Finanzwissenschaft-Gesundheitsökonomik
- 15.30 Uhr **7 Regeln für dauerhafte Gesundheit**
 Patric Heizmann,
 Gesundheits- und Ernährungsexperte

Samstag, 04.05.2024

- 10.30 Uhr **Schilddrüsenerkrankungen (Hashimoto) im Griff**
Die Schilddrüsenerkrankungen sowie möglichen Ursachen und Therapieoptionen erklärt. Was kann der Betroffene zu Hause umsetzen?
 Olivia Hirschberg – Praxis Hormontherapie
- 11.30 Uhr **Positive Psychologie im täglichen Leben**
Ein Einblick in die Positive Psychologie: Wie wende ich sie an und wofür ist sie wichtig?
 Nadine Willert
 Master (M.A.) in Positive Psychologie & Coaching
- 12.30 Uhr **Re-Mobilisierung von mobilitäts-eingeschränkten Klienten**
 Anja Linder
 Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH
- 14.30 Uhr **Stress – Ursache jeglicher Form von Krankheit?**
Wie wir unsere moderne Welt genießen und trotzdem fit und gesund bleiben können
 Barbara Koppold – PARSYM
- 15.30 Uhr **Das hat Ihnen Ihr Arzt vermutlich nicht über Vitamin D und Darmgesundheit verraten.**
Was können Sie selbst und sicher aktiv unternehmen?
 Iris Kubaschinski
 Experte für Darmgesundheit und Vitamin D bei www.drsonntag.com, Epigenetik Coach

Sonntag, 05.05.2024

- 10.30 Uhr **Müde und erschöpft nach Corona? Ursachen und Therapie für Post-Covid / Long-Covid**
 Dr. med. Armin Schwarzbach
 ArminLabs | Medicum Bad Aibling MVZ GmbH
- 11.30 Uhr **Positive Psychologie**
Techniken für mehr Resilienz
 Jessica Arloth – Arloth Coaching
- 12.30 Uhr **Die Fastenformel**
5+1 Tage Fasten mit Genuss
 Dr. med. Elke Lorenz und Daniel Spierer
- 13.30 Uhr **OMEGA für alle**
Wie native Speiseöle unseren Körper schützen und warum schonende Pressung so wichtig ist.
 Dipl. Ing. agr. Eva Heusinger
 Rapunzel Naturkost GmbH
- 14.30 Uhr **Experteninterview von Doc Felix, dem Spiegel-Bestseller-Autor, Arzt & Creator**
 Felix M. Berndt
- 15.30 Uhr **Kopfschmerz? Was nun?**
Wo kommt er her – was kann ich tun – wann sollte ich zum Arzt gehen?
 Dr. Michaela V. Bonfert, Kinderkopfschmerz-zentrum und Concussion Clinic am LMU Klinikum München
 Katalin Ilona Piechotta, Kinderneurologie-Hilfe München

PROGRAMM

COMMUNITY-AREA

Freitag, 03.05.2024

- 11.00 Uhr **Die 3 Geheimnisse guter Körperhaltung! Nebenbei, einfach und mühelos. Weil Gesundheit dein Geburtsrecht ist.**
Sabrina Liebich
Bodymastery Haltungsschule
- 12.00 Uhr **Achtsam, kraftvoll und gelassen im (Berufs-)Alltag**
Interaktiver Vortrag zum Thema Atemtherapie und Atempädagogik
Thomas Riffelmacher
Atemraum – Praxis für Atemtherapie, Beratung, Training & Coaching
- 13.00 Uhr **Stacking**
Eine andere Art des Gehirntrainings
Ralf Esslinger
- 14.00 Uhr **Anorexie – ein Erfahrungsbericht**
Nach 10 Jahren Magersucht nun auf dem Weg der Recovery
Sabrina Scharf – Essstörungenprävention
- 15.00 Uhr **Stärkung deiner Mitte mit der TCM**
Wie die Ernährung nach der traditionellen chinesischen Medizin dein Wohlbefinden verbessert
Andrea Seiner
TCM FOR LIFE

- 17.00 Uhr **„Sauerstoff Ionen – Das Lebenselixier Nr. 1“**
Körperliche und geistige Gesundheit mit dem energiereichsten Sauerstoff, Ionen aus der Natur
Udo Röck – Udo Röck GmbH

Samstag, 04.05.2024

- 11.00 Uhr **Neue Wohnformen 55 plus**
Marie-Thérèse Layer – Layer Immobilien & Bau
- 12.00 Uhr **Notfallabsicherung: Patientenverfügung/ Vorsorgevollmacht**
Bleiben Sie „Selbstbestimmt“
Volker Glück
- 12.30 Uhr **Mentale Hürden für Lebenskenner im Job**
Entdecke neue Strategien gegen Stress und für mehr Gleichgewicht und Gesundheit
Christel Zeyßig
Zeyßig weiter entwickeln –
Agentur für Entwicklung und Gestaltung
- 13.00 Uhr **Sitztanzkoordination**
Freude an Bewegung
Lydia Waldmann
Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH
- 14.00 Uhr **Zeckenforschung, Vorbeugung, Schutz und nützliche Fakten, die Sie über Zecken wissen sollten**
Werner Johansson – 3iX Zeckenschlinge
- 15.00 Uhr **Der BH, mehr als nur ein Kleidungsstück**
Wie Rückenschmerzen reduziert werden können, vor allem bei Frauen mit großer Oberweite
Susanne Kölbl – Suza K.

- 16.00 Uhr **Still-Menü oder Flaschen-Buffer**
Alles rund ums Baby-Essen
Hebamme Beate C. Klingler

Sonntag, 05.05.2024

- 11.00 Uhr **Sitztanzkoordination**
Freude an Bewegung
Lydia Waldmann
Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH
- 12.00 Uhr **Burnout-Netzwerk Initiative: Schnelle Hilfe & Verständnis von Experten bei mentalen Krisen**
Deine Experten in der Burnout & Stressprävention und betrieblichem Gesundheitsmanagement
Pat Wind
Burnout-Netzwerk
- 13.00 Uhr **Geburts-Countdown**
Hebammen-Tipps für den Weg ins Leben
Hebamme Beate C. Klingler
- 14.00 Uhr **Sanieren oder Haus verkaufen?**
Informative Einblicke und innovative Perspektiven für Ihr Familienheim
Marie-Thérèse Layer
Layer Immobilien & Bau
- 15.00 Uhr **Wechseljahre können auch anders!**
Wie Sie gut durch die 2. Pubertät kommen
Kathleen Dodenhöft
Anekdoten – Lösungswege für Lebensgeschichten

PROGRAMM

FITNESS-AREA

Freitag, 03.05.2024

- 10.15 Uhr **Welcome-Workout „5 am Tag“**
Renate Dumreicher – Samoja Fitness
- 11.00 Uhr **Dance4Kids**
Fit mit coolen neuen Moves
Tanzschule Trautz und Salmen
- 12.00 Uhr **SPINEFITTER by SISSEL®**
Für einen gesunden Rücken: Verspannungen lösen, Gelenke mobilisieren, Tiefenmuskulatur kräftigen
Carina Brill – SISSEL®
- 13.00 Uhr **BLACKROLL Bands & Active Recovery**
Gezieltes funktionelles Training mit unseren Trainingsbändern und aktive Entspannung mit unseren Selbstmassagetools
BLACKROLL TRAINER
- 14.00 Uhr **Core Extreme**
Ein Kurs, der sowohl Kraft als auch Ausdauer fordert und sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet ist. Ziel ist, „das Beste aus sich rauszuholen“.
Alexandra Schleifmann
Jumpers Fitness Haunstetten

- 15.00 Uhr **Huller dich frei!**
Stark und glücklich durch Hula-Hoop-Fitness
Elli Hoop
- 16.00 Uhr **FatburnX**
Intensives Intervalltraining mit Kraft- und Ausdauer-elementen
FitX
- 17.00 Uhr **Beckenbodentraining**
Renate Dumreicher
Samoja Fitness

Samstag, 04.05.2024

- 10.30 Uhr **Welcome-Workout „5 am Tag“**
Renate Dumreicher
Samoja Fitness
- 11.00 Uhr **Vorführung Sportakrobatik**
Sportakrobatikverein Augsburg-Hochzoll 1957 e.V.
- 14.00 Uhr **Xamba**
Der perfekte Mix aus Fitness und Tanzen zu mitreißenden Latin Rhythmen
FitX
- 16.00 Uhr **Tanzen ist die beste Medizin**
Solo- und Paartanz zum Mitmachen mit der Tanzschule Trautz und Salmen
Constantin Schmitt
Tanzschule Trautz und Salmen

Sonntag, 05.05.2024

- 10.30 Uhr **Welcome-Workout „5 am Tag“**
Renate Dumreicher – Samoja Fitness
- 12.00 Uhr **CardioBoX**
Hochintensiver Ausdauerkurs mit Elementen aus dem Boxbereich
FitX
- 13.00 Uhr **BLACKROLL Bands & Active Recovery**
Gezieltes funktionelles Training mit unseren Trainingsbändern und aktive Entspannung mit unseren Selbstmassagetools
BLACKROLL TRAINER
- 14.00 Uhr **Box-Training mit der Weltmeisterin Tina Rupprecht**
- 15.00 Uhr **Core Extreme**
Ein Kurs, der sowohl Kraft als auch Ausdauer fordert und sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet ist. Ziel ist, „das Beste aus sich rauszuholen“.
Alexandra Schleifmann
Jumpers Fitness Haunstetten
- 16.00 Uhr **Beckenbodentraining**
Renate Dumreicher – Samoja Fitness

**SPORTKLEIDUNG
NICHT VERGESSEN!**

Kabinen zum Umziehen auf der Chill-out-Area.

PROGRAMM

FOCUS-AREA

Freitag, 03.05.2024

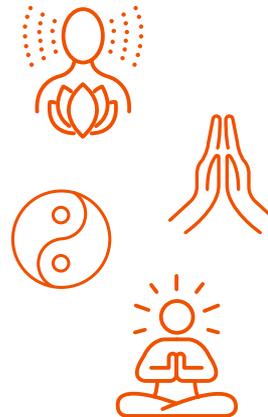
- 11.30 Uhr **Vinyasa Flow Yoga für zwischendurch**
Erreiche Power, Kraft und Ausdauer.
Schärfe deinen Geist und erhöhe dein
körperliches Energielevel. Mit Schluss-
entspannung inkl. Nackenmassage.
 Leni Heim – LE MOUV Studio
- 15.30 Uhr **Mit Klang neue Welten öffnen!**
Wie beeinflusst Klang den Menschen und
seine Umwelt?
 Alexandra Ott – Schlagwerk GmbH

Samstag, 04.05.2024

- 11.30 Uhr **Vinyasa Flow Yoga für zwischendurch**
Erreiche Power, Kraft und Ausdauer.
Schärfe deinen Geist und erhöhe dein
körperliches Energielevel. Mit Schluss-
entspannung inkl. Nackenmassage.
 Leni Heim – LE MOUV Studio
- 14.30 Uhr **Mit Klang neue Welten öffnen!**
Wie beeinflusst Klang den Menschen und
seine Umwelt?
 Alexandra Ott – Schlagwerk GmbH

Sonntag, 05.05.2024

- 10.30 Uhr **Kinder Yoga Parcours**
Schnupperstunde (30 Minuten) für
Schulkinder von 6 bis 10 Jahren
 Monika Morand – intersana-Team
- 11.30 Uhr **Mit Klang neue Welten öffnen!**
Wie beeinflusst Klang den Menschen und
seine Umwelt?
 Alexandra Ott – Schlagwerk GmbH
- 12.30 Uhr **Ein Vorgeschmack: MEYOUGA Festival**
Ob Anfänger oder erleuchteter
Yogi & Yogini: Mach mit!
 Ramona – MEYOUGA



**VIEL SPASS BEIM
MITMACHEN!**



Tagesaktuelles Programm unter
messe.intersana.de/programm

Stand: 12. April 2024. Angaben ohne Gewähr.
 Kein Anspruch auf Vollständigkeit.

ATP Ionic Stim

Sauerstoff Ionen – das Lebenselixier Nr. 1

Erhöhen Sie Ihre körperliche und geistige Leistungsfähigkeit mit den energiereichsten Sauerstoff Ionen. Die Luftverschmutzung ist der größte Energieräuber von negativen Sauerstoff Ionen. Chronische Krankheiten und Energielosigkeit haben sich dramatisch erhöht. Mit uns können Sie in einer bequemen Heimtherapie Ihre Zellalterung verjüngen und die Mitochondrien stärken!

Vortrag:
 am 03.05. um 17:00 Uhr
 am 05.05. um 16:00 Uhr

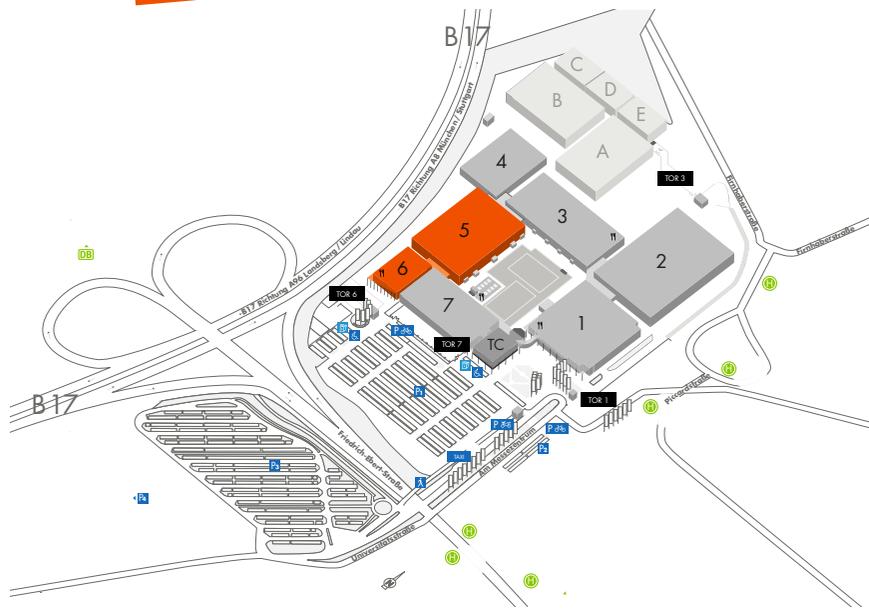


Udo Roock

Mail: info@udoroeck.de
 Tel.: 07581 5279 14
www.mobiles-sauerstoffgeraet.de



intersana 2024 Hallenplan



Stand: 12. April 2024. Angaben ohne Gewähr. Kein Anspruch auf Vollständigkeit.
Die vollständigen Firmennamen sind im Ausstellerverzeichnis auf den Seiten 22 und 23 zu finden.

STAND G30
COMMUNITY-AREA
Kleine Vortragsbühne

STAND C17
STAGE-AREA
Große Vortragsbühne

STAND N13
LIVE-COOKING-AREA
Genuss ohne schlechtes Gewissen



Tagesaktueller Hallenplan unter
messe.intersana.de/hallenplan



Tagesaktuelle Aussteller unter
messe.intersana.de/ausstellungsverzeichnis/

Stand: 12. April 2024. Angaben ohne Gewähr.
Kein Anspruch auf Vollständigkeit.

AUSSTELLER

A

Absolute Run Augsburg	N03
Acvila Ambulanter Pflegedienst & Tagespflege	J05
Altmühltherme Treuchtlingen	G23
AMC Deutschland	S12
Augsburger Allgemeine	G11
ArminLabs Medicum Bad Aibling MVZ GmbH	D09
Atelier Luna	N18B
Auto Reichhardt GmbH	R27

B

Bad Aibling	G23
Bad Bocklet	G23
Bad Endorf	G23
baenny GmbH & Co. KG	C29
Bayerischer Heilbäder-Verband e.V. / Gesundes Bayern	G23
Bela Aqua	S18
BLACKROLL AG	N05

Bodymastery	N18J
Burnout-Netzwerk Ulrike Ditz & Patrick Wind GbR	C12

C

CARIA – DIE MENTAL CHANGE KOMPLIZEN	C04
-------------------------------------	-----

D

Delphin Eberle GbR	D26
Deutsche Rentenversicherung Bund	N25
DGMG – Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit e.V.	C10
DKSA Deutsche KinderSportAkademie GmbH	R27
Donnerberg	J11
doTERRA Wellness Advocate	J26
Dr. Hauschka	N23
Dreiklang zur mentalen Gesundheit	N18D
DVAG Agentur für Deutsche Vermögensberatung	I09

E

E.A.E. Rohstoff GmbH	N18H
Ekim Ewiv	D25

ELi Shop GmbH	R11
Elly Momberg LLC	N18F
Erährungsberatung nach TCM	N18G

F

Fibromyalgie Verein Bayern e. V.	H01
FITx	O05
Franky & Friends	N18E

G

Gasteiner Kur-, Reha- und Heilstollen Betriebsges.m.b.H.	I23
Gesundhaus i-Tüpfel	N18L
Gesundheitsforum Augsburg-Schwaben e.V. (GeFAS)	C06

H

Hebamme Beate C. Klingler	N18C
Heilpraktikerschule Landsberg	I21
HÖRGERÄTE SEIFERT GmbH	D06
Hülse Reich GmbH	N18K
Hurom europe	T16
Hydrosoft c/o Olymp Werk GmbH	J09
HYLA Germany GmbH – Wiedemann & Team	D23

I	
InBody Europe B.V. Niederlassung Deutschland	J04
Interessenvertretung 50Plus e.V.	O25
INVITALIS GmbH	O01
J	
Jumpers fitness Augsburg-Stadtbergen	Q09
K	
Kaya Veda Ayurvedische Spezialkosmetik	J21
Küche Aktiv Möbel Raschke GmbH	N11
L	
LADYDREAM BEAUTY	N18B
Layer Immobilien & Bau	N27
LE MOUV Tigermat Yogasportstudio	N18I
leguano GmbH	O24
LIV	N18A
livQ AG	S14
M	
Malteser	D03
MY MAYR MED Resort	I25
Medaktiv reha GmbH Therapiezentrum	S01
mentalbrot	S15

N	
NATGYM Proteinshakes	N21C
Nayure GmbH	N18M
Neurolab Vital GmbH	J03
NOVAFON GmbH	O03
NUDE AUGSBURG	N21E
NUHROVIA GmbH	C26
P	
Panorama Therme Beuren	I22
PARSYM UG (haftungsbeschränkt)	I03
Physiotherapiepraxis Schumann GbR	I09
R	
RAPUNZEL NATURKOST GmbH	J14
Ringana	U16
R&R e-Bikes	V12
S	
Sanatherm Wellness-Geräte GmbH	G06
Schlagwerk GmbH	J25
SEVEN SUNDAYS Group AG	N18N
Siegmund Care	G03
SISSSEL	P03

SME Connect	D13
Spectra-H lux	D10
STRYVE GmbH	O04
Suza K.	N18N
T	
the root brands	N18O
U	
Udo Röck GmbH	V14
V	
VAons e.K.	U21
VitalConcept	I10
W	
Wirbel Aktiv	N21E
Wohlfühl-Urlaub in Bayern	D21
Y	
Yoga Vidya e.V.	J27
Z	
ZEYBIG weiter entwickeln	O25



Wir freuen uns auf Sie in
Halle 5 | Stand D06:
Kostenloser Hörtest
+ Beratung
zum Thema
Hören

**Gutes Hören für
mehr Lebensfreude.**

www.hoergeraete-seifert.de

Hörgeräte Seifert
macht den Unterschied.

**HÖRGERÄTE
SEIFERT**



Bei der intersana 2024 geht es auch um aktives Mitmachen und Lernen. So gibt es in der Fitness-Area und in der Focus-Area viel Sportprogramm oder Yoga zum Entspannen.



24010201-000_V01

HALLE 5
STAND 003

Triff unsere Experten
und erfahre mehr über die
lokale Vibrationstherapie.

Besuche uns auf der intersana
Augsburg am 3. – 5. Mai 2024
und gewinne
DAS NOVAFON power 2
inkl. Ladestation.

www.novafon.de

Jetzt kostenlos
downloaden




Nur einen Scan entfernt.
DAS NOVAFON Infopaper
mit Studienaufbereitung.

NOVAFON

**WIR SIND AUF DER
INTERSANA 2024 DABEI!**



BAD AIBLING
Quellen fürs Ich



RANGANA
PARTNER

 **Malteser**
...weil Nähe zählt.

KAYA VEDA®
Ihre Ayurveda-Experten

livQ
Care for You
DEIN SUPPORT VON INNEN - FERMENTIERT UND NATURREIN
www.livQ.de

**Auto
Reichhardt**

RAPUNZEL

Kreativität entfachen

Die Start-up-Wiese bietet innovative Ideen.

Neue Ideen mit viel Motivation nach vorne treiben. Sich trauen, auch mal die Extrameile mehr zu gehen, und auch Tiefschläge gehören dazu. Doch aus diesen sollte man eher Learnings ziehen und sich nicht ablenken lassen – denn das Ziel, das bei jedem und jeder individuell sein kann, bleibt fest im Blick.

Dieses Mindset begleitet viele junge Unternehmer. Auf der intersana 2024 stellen wir wieder zahlreiche von ihnen vor. Die Start-ups präsentieren sich auf der gleichnamigen Area und erklären, was ihre Geschäftsidee zu einem gesunden Leben beiträgt. Dabei ist ihr Angebot so vielfältig wie ihre Einfälle: ob das

weibliche Wohlbefinden, ein ganzheitlicher Ansatz zur Verbesserung der körperlichen Gesundheit, innovative Snacks zum selber Mischen oder ein natürlicher Proteinshake, der ganz ohne synthetische Stoffe auskommt und durch einen natürlich leckeren Geschmack besticht.

Leidenschaftlich präsentieren die Gründerinnen und Gründer ihre Produkte und ihr Mindset auf der Start-up-Wiese der Gesundheitsmesse intersana. In einem gemütlichen Ambiente haben die Besucherinnen und Besucher die Möglichkeit, mit den jungen Unternehmerinnen und Unternehmern ins Gespräch zu kommen. *casi*

ALLE START-UPS
AUF EINEN BLICK:



Bodymastery

BODYMASTERY

**Sabrina Liebich,
Physiotherapeutin**

» ‚Bodymastery‘ ist eine Haltungsschule, die Körper und Geist meistert. Wir fördern gute Körperhaltung, vermeiden Verspannungen und Rückenprobleme spielend. Mit ganzheitlichem Ansatz verbessern wir die körperliche Gesundheit für ein beschwerdefreies Leben.



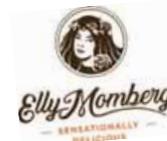
**DREIKLANG ZUR
MENTALEN
GESUNDHEIT**

» Das Thema ‚Mentale Gesundheit‘ betrifft nun jeden: den Arbeitnehmer sowie den Arbeitgeber. Lernen Sie den ‚Dreiklang zur mentalen Gesundheit‘ auf der intersana kennen.

Erleben Sie selbst die Steigerung Ihrer Lebensenergie von mehr als 30 % nach nur 10 Minuten Anwendung des Dreiklangs, messbar, nachweisbar mit einer medizinischen Messung mit NilasMV®.

martina.haller

martinahaller.de



ELLY MOMBERG

» Wir sind ein Start-up-Unternehmen und stellen Schokolade und Snacks nach eigener Rezeptur her für Menschen, die Zucker vermeiden wollen, auf Gluten verzichten müssen, Unverträglichkeiten haben, für Diabetiker oder für Menschen, die sich gesünder ernähren wollen, aber trotzdem auch mal naschen möchten. Wir süßen mit Stevia, Erythrit und Xylit, was eine gute und verträgliche Alternative darstellt.

elly_momberg

de.elly-momberg.com





ERNÄHRUNGS- BERATUNG

» Ich biete die Ernährungsberatung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin an. Für Privatkunden, Firmen, Einzel oder Gruppenberatung. Erst-anamnese, Einkaufsberatung, Ernährungsplan uvm.

» tcm-for-life.de



FRANKY & FRIENDS

» Misch mit bei Franky & Friends. Kreiere Deinen Liebessnack & erhalte eine Umsatzbeteiligung, verkoste mit & lass uns gemeinsam Bäume in Deutschland pflanzen.

Liebevoll verpackt werden die bio-veganen & fairen Nuss-Frucht-Mixe ohne Zuckerzusatz von einer Behindertenwerkstatt in Bayern.

» [franky.friends.happy](https://www.instagram.com/franky.friends.happy)

» franky-friends.de



GESUNDHAUS I-TÜPFERL

» Das Gesundhaus i-Tüpfelr ist ein modernes Praxishaus und vereint medizinische, therapeutische, pädagogische Behandlungsansätze. Es wird die Vision gelebt, traditionelle Heilkunde mit modernster Technik und innovativen Konzepten in Zusammenarbeit für eine umfassende Patientenbegleitung zu verbinden.

» [ituepferl.gesundhaus](https://www.instagram.com/ituepferl.gesundhaus)

» i-tuepferl.de



HEBAMME BEATE C. KLINGLER

» Erlebt ‚Geburtszeit-Online‘, eure individuelle Mediathek für werdende oder junge Eltern und euer kleines Wunder. Als erfahrene Hebamme begleite und unterstütze ich euch mit meinem Wissen während der Schwangerschaft und in den ersten Wochen zu Hause.

» [geburtszeit_online](https://www.instagram.com/geburtszeit_online)

» geburtszeit-online.de



HÜLSENREICH

» Hülsenreich röstet Kichererbsen zu innovativen, knusprigen Snacks. Die leckeren Knabber-Kichererbsen gibt es als würzige Varianten und jetzt neu auch mit Schokolade. Die vegane und proteinreiche Knabberei zeichnet sich auch durch ihre Allergenfreiheit aus: Es sind keine Nüsse oder Gluten enthalten.

» [huelсенreich](https://www.instagram.com/huelсенreich)

» huelсенreich.de/



LASANTE NATRUAL & ATELIER LUNA

» Wir freuen uns, auf der Gesundheitsmesse Stand N18B Halle 5 unsere einzigartigen Produkte zum ersten Mal vorstellen zu dürfen. Entdecken Sie bei uns hochwertige Naturkosmetik, sowie wasserfeste und nickelfreie Edelmetallschmuckstücke. Wir suchen Partner, die unsere Leidenschaft für die Produkte teilen. Wenn Sie Interesse haben, Teil unseres Teams zu werden, zögern Sie nicht, uns anzusprechen. Gemeinsam können wir Schönheit und Eleganz in die Welt bringen.

 ladydreambeauty

 ladydream-shop.de



LE MOUV YOGA

Studio | Business | Retreat | Tigermat

Come as you R.

» Finde mit uns einen Weg zu körperlichem Gleichgewicht und spüre mit der Zeit, wie der Kopf beginnt zu folgen. Stärke. Entwickle. Entspanne. Und trinke einen Tee mit uns. LE MOUV 2024.

 lemouv_studio

 lemouv.de



LIV

» 10X Innovation entwickelt innovative Produkte, die das Leben der Konsumenten fröhlicher und entspannter machen. Mit der Kraft der Natur macht die Marke LIV dich stark gegen Stress: unsere Nahrungsergänzungsmittel unterstützen dich dabei, deinen Alltag noch gelassener und damit erfolgreicher zu meistern.

 livgelassen

 livgelassen.de



NATGYM

» Unser Proteinshake besteht nur aus hochwertigen, natürlichen Zutaten und enthält keinerlei synthetische Inhaltsstoffe. Anders als konventionelle Proteinshakes, die oft mit Süßstoffen, künstlichen Aromen und Farbstoffen angereichert werden, hat unser Shake einen sehr leckeren natürlichen Geschmack.

 natgym.shakes

 natgym.de



NAYURE

» Entdecke Nayure – Ätherische Öle, Duftmischungen, Raum-sprays und Naturkosmetik, die dich mit der heilenden Kraft der Natur verbinden und dein Zuhause in eine duftende Wohlfühloase verwandeln.

Nayure wurde mit der Intention gegründet, Menschen die Möglichkeit zu geben, sich wieder mit der Natur zu verbinden und ihr Leben in ein größeres Gleichgewicht zu bringen. Wir verfolgen einen holistischen Ansatz, wenden ayurvedische Prinzipien an und achten bei der Entwicklung der Produkte genau darauf, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

 nayure.wellness

 nayure.de

nude

NUDE FOOD

» nude steht für Essen, das wurstlos glücklich macht!

Die vielfältigen Bowls bei nude liefern eine vollwertige Ernährung und bieten unserem Körper einen optimalen Nährstoffmix. Hochwertige und frische Zutaten, in ehrlicher Handarbeit zubereitet: Das ist ein Unterschied, den man schmeckt!

Durch pflanzliche Produkte und Zero Waste Philosophie schmeckt unser Konzept auch dem Klima.

»  nudefood.de

 nudefood.de

rohstoff

ROHSTOFF

» rohstoff hat es sich zur Aufgabe gemacht, die besondere Wirkung von Ingwer sowie Kurkuma maximal zu erhalten. Anders als andere Anbieter kommen wir ohne zusätzlichen Zucker und unnötigem Wasser aus und pressen alles frisch selbst. rohstoff ist 100 % Bio und ungeöffnet bis zu zwei Jahre haltbar.

»  rohstofforganic

 rohstoff.group

SUZAK.

SUZA K.

» Der BH – mehr als ein Kleidungsstück, genau darauf hat sich Suza K. in den persönlichen Beratungen spezialisiert. Frauen, die größentechnisch aus dem Rahmen fallen, Rückenschmerzen und Verspannungen haben, wird aufgezeigt, dass man mit kleinen Veränderungen unglaublich viel erreichen kann. Dabei steht immer der Körper im Mittelpunkt, vor allem die Wirbelsäule. Mit dieser steht und fällt alles in unserem Leben. Zudem sind Souveränität, Selbstbewusstsein und Gesundheitsprävention untrennbar mit der Brust verbunden. Suza K. hat zwei Standorte in Deutschland sowie eine Onlineberatung.

»  suzakupunkt

 suza-k.de

ROOT

THE ROOT BRANDS

» THE ROOT Brands hat sich zum Ziel gesetzt, den Menschen ein besseres Verständnis zu vermitteln, wie Toxine und bestimmte Chemikalien die Gesundheit schädigen können. Die Firmenphilosophie lautet: ‚Kuriere die Ursache – nicht die Symptome‘. ROOT bietet natürliche, patentierte Produkte an, die den Körper von innen reinigen und stärken. Entwickelt von Dr. Christina Rahm. Sie sind biologisch, gentechnik- und glutenfrei. Die effektiven Produkte von ROOT können durch die Kraft der Natur zu einem nachhaltigen und gesunden Lebensstil verhelfen.

»  therootbrands_/

 therootbrands.com/de

WIRBEL AKTIV

WIRBEL AKTIV

» Wir freuen uns, Ihnen unsere Chiropraxis auf der intersana vorstellen zu dürfen! Besuchen Sie unseren Stand und profitieren Sie von exklusiven Messeangeboten:

20 % Rabatt auf alle Behandlungen!

Lassen Sie sich von unseren erfahrenen Chiropraktikern eine kostenlose Rücken- und Haltungsanalyse durchführen und entdecken Sie, wie wir Ihnen helfen können, Ihre Rückengesundheit zu verbessern.

»  wirbelaktiv/

 wirbelaktiv.de

**WIR SIND AUF DER
INTERSANA 2024 DABEI!**

Dr. Hauschka



InBody
Erfolge werden sichtbar.

LAYER
IMMOBILIEN & BAU

 NOVAFON

 **Panorama Therme**
Beuren ... die Kraft der Quellen



SCHUMANN
PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE


ZEYBIG
weiter entwickeln

**MY
MAYR
MED**
RESORT

Augsburger Allgemeine

Alles was uns bewegt



STRYVE



HEILPRAKTIKERSCHULE
Landsberg am Lech

salvea
Lust auf Gesundheit

BEMER GROUP
Jens Schütterle



The natural way

ABSOLUTE RUN
AUGSBURG

Spectra-H
lux powered by
EASTCON



BLACKROLL



Testen, messen lassen und gewinnen

Die Intersana Check-up-Angebote

Die intersana 2024 bietet neben jeder Menge Informationen auch viele geldwerte Vorteile. So lassen sich an vielen Ständen Produkte testen und Rabatte bis zu 100 Prozent abstauben. Außerdem können Besucherinnen und Besucher an Messungen und Tests im Gesamtwert von über 250 Euro rabattiert oder kostenfrei teilnehmen.

Wer sein Glück versuchen möchte, hat die Möglichkeit, Gewinne im Gesamtwert von über 5000 Euro abzusahnen, und wer lieber einen Gerontozug oder Rikschafahren testen möchte, findet auch hier Angebote auf der Messe. *bim*



Änderungen vorbehalten. Keine Gewähr.

TESTS + MESSUNGEN DIREKT VOR ORT

IM GESAMTWERT VON ÜBER 250,00 € RABATTIERT ODER KOSTENFREI!

Absolute Run Augsburg **N03**
» personalisierte Fußanalyse |
kostenfrei!

Acvila **J05**
» Blutzuckermessung | **kostenfrei!**
» Blutdruckmessung | **kostenfrei!**
» Sauerstoffsättigung | **kostenfrei!**

Bodymastery and Bounce **N18J**
» Augen-Hand-Koordination Test |
kostenfrei!

**CARIA – DIE MENTAL CHANGE
KOMPLIZEN** **C04**
» ultimativer Stresstest | **kostenfrei!**

**DGMG Deutsche Gesellschaft für
Mann und Gesundheit e.V.** **C10**
» Testosteronmessung durch
Blutabnahme (nur am Sonntag) |
kostenfrei!

**Dreiklang zur mentalen
Gesundheit** **N18D**
» Analyse der Herzratenvariabilität
(HRV) mit EKG-basiertem HRV-
Messverfahren von Nilas MV® |
kostenfrei!

FitX **O05**
» Ganzkörperanalyse | **kostenfrei!**

Geburtszeit-Online **N18C**
» Kleiner Tagesform-Check mit
Blutdruck-, Puls- und Herzton-
Messung | **kostenfrei!**

HÖRGERÄTE SEIFERT GmbH **D06**
» Hörscreens | **kostenfrei!**

**InBody Europe B.V.
Niederlassung Deutschland** **J04**
» Körperzusammensetzungs-
analyse via Bioimpedanzanalyse |
kostenfrei!

**Interessenvertretung
50Plus e.V.** **O25**
» Messung zur Ernährungstypisie-
rung | **50,00 € statt 85,00 €!**

KAYA VEDA GmbH **J21**
» Ayurveda-Diagnose und Gesund-
heitsberatung | **kostenfrei!**

LADYDREAM BEAUTY **N18B**
» Hautanalyse | **kostenfrei!**

PARSYM **I03**
» HRV-Scan: Stress und Vitalität +
Meridian-Check: Energiefluss |
50 % Rabatt

**Physiotherapiepraxis
Schumann** **I09**
» Alpha Cooling Professional
Testbehandlung am Stand |
kostenfrei!

SME connect **D13**
» Massagen am Stand mit Gregor
Wedell, Phy-4-you | **kostenfrei!**
» Verkostung von „L'Amante – der
gesunde Kaffee“ | **kostenfrei!**

Wirbel Aktiv **N21E**
» Rücken- und Haltungsanalyse
von erfahrenen Chiropraktikern |
kostenfrei!

UNSCHLAGBARE MESSE-RABATTE!

PRODUKTE TESTEN UND RABATTE BIS ZU 100% PRO STAND ABSTAUBEN!

10X Innovation GmbH & Co. KG

N18A

- » LIV 7er-Packung, **4,90 €** statt 6,90 €
- » LIV 3 x 7er-Packung, **12,90 €** statt 19,90 €
- » LIV 30er-Packung, **17,90 €** statt 24,90 €

Absolute Run Augsburg

N03

- » **5,00 € Rabatt** auf Einlegesohlen
- » **20,00 € Rabatt** bei einem Einkauf ab 100,00 €

Bodymastery und Bounce

N18J

- » **10% Rabatt** auf Bounce Fitnessgeräte
- » **50% Rabatt** auf Videokurse Haltungsschule

Dahlert GmbH

(Hurom europe slow juicer)

T16

- » **Verkostung:** Hurom slow juicer direkt frischer Saft
- » **Kostenloser Mini-Blender** im Wert von 109,00 € bei Kauf eines slow juicers
- » **10% Rabatt auf** slow juicer (H310, H330, H400)

E.A.E. Rohstoff GmbH

N18H

- » **Verkostung** unserer Bio-Ingwer-Kurkuma Shots von rohstoff

Elli Shop GmbH

R11

- » **Exklusive Rabatt-Codes** für den Online-Shop und **kostenfreies** Probe-Hüllern

Elly Momberg

N18F

- » **kostenloses** Elektrolytegetränk und Naschen

Franky & Friends

N18E

- » bio, faires und veganes **Naschen** ohne Reue

Küche Aktiv

N11

- » **50% Messe-Rabatt** auf hochwertige Einbauküchen
- » **kostenfreie Beratung** für Ihre ergonomische Küche und gesundes Kochen mit Dampfbackofen

LADYDREAM BEAUTY

N18B

- » **Messe-Rabatte** auf Produkte von LADYDREAM BEAUTY und Atelier Luna

LE MOUV Studio

N18I

- » **40% Rabatt** auf die Tigermat INSTINCT® Yogamatten

livQ Fermentationsprodukte

S14

- » **Verkostung** fermentierter Bio-Essenzen
- » 3 x Bio-Essenz 250 ml zum **Messepreis von 90,00 €**

Malteser Hilfsdienst e.V. /

Malteser Hilfsdienst gGmbH

D03

- » **Rabatte** auf Hausnotrufgeräte
- » **10% Rabatt** verschiedene Qualifikationen und Weiterbildungen

Neurolab Vital GmbH

J03

- » **20% Rabatt** auf Neurolab Vital Nahrungsergänzung

NOVAFON GmbH

O03

- » **Bis zu 100,00 € Rabatt** auf DAS NOVAFON

PARSYM

I03

- » **50% Rabatt** auf Tiefenentspannung mit iLifeSOMM

Stryve

O04

- » **20%** auf alle Stryve Produkte

Suza K.

N18N

- » Bei Buchung einer Schlafberatung bei Seven Sundays ein Rücken-Stretch-Kissen im Wert von 60,00 € **gratis!**

Wirbel Aktiv

N21E

- » **20% Messe-Rabatt** auf alle Behandlungen während der Messezeit

zeyßig weiter entwickeln

O25

- » **100,00 € Rabatt** auf 2-Tagesworkshop „Entdecke deine berufliche Klarheit“



Änderungen vorbehalten. Keine Gewähr.

GEWINNE OHNE ENDE

GEWINNE IM GESAMTWERT VON RUND 5.000,00 €!

Acvila **J05**
» **Tombola:** 2 Hauptpreise: 1 Blutdruckmessgerät, 1 Schnupperstunde im „zum Edelweiß“

Auto Reichhardt

» **Gewinne beim Torwandschießen:** 1. Platz: Smartwatch, 2. Platz: unterschriebenes FCA-Heimtrikot, 3. Platz: unterschriebener Fußball
» **Verlosung** unter allen Teilnehmern: 1 x 2 Tickets für das letzte Heimspiel des FCA der Saison gegen den VfB Stuttgart

BELA AQUA **S18**
» Gutschein für eine **kostenlose Trinkwasseranalyse** direkt zu Hause im Wert von ca. 80,00 €

CARIA – DIE MENTAL CHANGE KOMPLIZEN **C04**
» unterschiedliche **Gutscheine** für Impulsgebungen und Produkte

Deutsche Kinder Sport Akademie (DKSA) **R27**
» **Sportartikel** von Nike und Adidas
» **4 x Tagesticket** für das Legoland Deutschland, Saison 2024

Elly Momberg **N18F**
» **3 Schokopakete** im Wert von 150,00 €

FitX **O05**
» **Jahresmitgliedschaft** bei FitX im Wert von 317,00 €

Franky & Friends **N18E**
» **Snackpakete**, wie Pina Colada und Coffee Lovers im Wert von bis zu 18,00 €

Gasteiner Heilstollen **I23**
» **4 x Einfahrt** in den Heilstollen + **4 x physikalische Therapie** im Wert von 484,00 €

Geburtszeit-Online **N18C**
» **Gratiskurs** und **Gutscheine** für die Mediathek im Wert von bis zu 90,00 €

Gesundhaus i-Tüpfel **N18L**
» Verlosung von **Veranstaltungsgutscheinen Vorträge, Kurse, Angebote** rund um Gesundheit und Prävention im Gesundhaus i-Tüpfel

Neurolab Vital GmbH **J03**
» **Produkte** und **Einkaufsgutscheine** im Wert von bis zu 64,00 €

NOVAFON GmbH **O03**
» **DAS NOVAFON** power 2 inkl. Ladestation im Wert von 549,00 €

PARSYM **I03**
» **Gesundheits-Check-Up** und iLifeSOMM im Wert von 125,00 €

Regionalgeschäftsstelle für Deutsche Vermögensberatung **I09**
» **10 x Wellness-Massage** im Wert von ca. 90,00 €

SME Connect **D13**
» **1 x ein Aufenthalt** im Schlossgut Oberambach für zwei Personen (2 Nächte inkl. Frühstück)
» **1 x ein Aufenthalt** im Schlossgut Oberambach für zwei Personen (3 Nächte inkl. Frühstück & Abendessen) + die Teilnahme an den Workshops des Burnout-Netzwerks zum Thema Persönlichkeitsentwicklung & Gesundheit vom 26. – 29. Mai 2024

Spectra-H lux (ALLROLL GERMANY GmbH) **D10**
» **Espressomaschine** im Wert von 399,00 €

SONSTIGE ERLEBNISSE

AN DEN MESSESTÄNDEN

Malteser Hilfsdienst e.V. / Malteser Hilfsdienst gGmbH **D03**
» **Übungen** an Reanimationspuppen
» **So fühlt sich das an!** – Gerontozug und Demenz-Modul testen
» **Begleithunde** kennenlernen
» **Rikschafahren**



**WIR SIND AUF DER
INTERSANA 2024 DABEI!**

dōTERRA
Unabhängige Wellness-Botschafter



FITX
FOR ALL OF US

HUROM
EUROPE



INTERESSEN
VERTRETUNG **50+**



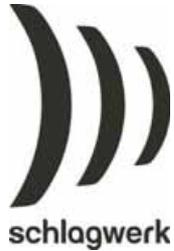
 **sme connect**

Hydrosoft
Private SPA



SANATHERM®
Bad Zwischenahn

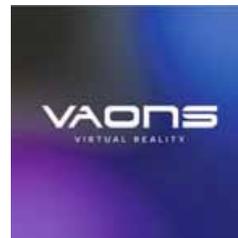
HÖRGERÄTE
SEIFERT



Mental-Brot®
Nährt den Geist - Schützt das Gedächtnis



ATP Ionic Stim



wohlfuehl
urlaub-
bayern.de





Günstiger parken

Neu: Auto Reichhardt ist Mobilitätssponsor der intersana 2024.

Für die Anreise zur intersana 2024 gibt es gute Nachrichten: Dank Mobilitätssponsor Auto Reichhardt ist der Parkplatz günstiger – die Kosten für einen Parkplatz sinken so von acht auf fünf Euro. Außerdem ist die Fahrt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln für Messticketinhaber und -inhaberinnen kostenlos!

Über die Beweggründe für die Partnerschaft sagt Stefan Reichhardt: „Wir möchten dadurch das Bewusstsein für nachhaltige Lebensweisen schärfen. Das betrifft nicht nur die Mobilität, sondern auch andere Aspekte wie Ernährung, Energieverbrauch und Konsumgewohnheiten. Wir bei Auto Reichhardt möchten nicht nur über Themen wie Klimaschutz und Gesundheit reden, sondern sie aktiv mitgestalten und angehen. Deshalb haben wir uns für diese Partnerschaft entschieden.“ Kurz: Auto Reichhardt will nicht nur die



Dank Mobilitätssponsor Auto Reichhardt – im Bild Stefan Reichhardt mit Personaltrainerin Renate Dumreicher sowie Anita Gerhardt und Julia Leimer, beide Projektleitung der intersana (von links) – kommt man mit Messticket kostenlos per ÖPNV zur Messe. Eine Ermäßigung gibt es außerdem fürs Parken.
Foto: Ingo Dumreicher

Gesundheitsmesse sponsern, sondern auch eine umweltfreundliche Anreise dorthin fördern – idealerweise natürlich mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Um aber allen Interessierten die Teilnahme zu ermöglichen, hilft Auto Reichhardt auch, die Parkgebühren zu senken, und unterstützt damit die Besucherinnen und Besucher, die aufgrund einer langen Anreise oder körperlichen Einschränkungen auf das Auto angewiesen sind. *bim*

Infos zu Auto Reichhardt

Nach der Ausbildung zum Kfz-Mechaniker hat Stefan Reichhardt 1999 angefangen, im Familienbetrieb mitzuarbeiten. Seit der Umfirmierung zur Auto Reichhardt GmbH im Jahr 2004 teilt er sich mit Günter Frank die Geschäftsführung. Elf Jahre und viele Autoverkäufe später hat das Unternehmen sein erstes E-Auto verkauft und sich seither immer mehr auf E-Mobilität spezialisiert.

Der Weg zur Messe

Umweltfreundlich, einfach, bequem UND kostenlos: Nutzen Sie die öffentlichen Verkehrsmittel des Augsburger Verkehrs- und Tarifverbundes (AVV), um zum Messegelände Augsburg zu gelangen.

Im Sinne der Nachhaltigkeit inkludiert das Messticket der intersana die kostenlose Nutzung des Nahverkehrs des AVV in Zone 10 und 20. Nutzen also auch Sie die kostenfreie Möglichkeit und profitieren Sie nicht nur von einer umwelt-bewussten Anreise, sondern ebenso von einem direkten Eintritt in die Messe ohne Parkplatzsuche.

Weite Anreise?

Eine Anreise rein über ÖPNV ist für Sie nicht möglich? Dann nutzen Sie die umliegenden P&R Parkplätze für eine entspannte Parksituation und fahren Sie mit dem ÖPNV kostenlos bis vor die Messe. *bim*

WEITERE ATTRAKTIONEN

WEITER GROSSARTIGE ATTRAKTIONEN FÜR IHREN BESUCH AUF DER INTERSANA!

Freitag & Samstag, 17.00 Uhr

COMMUNITY RUNS

Absolute Run Augsburg
Start Haupteingang am Stand von
On/HOKA

Anmeldung erforderlich
über Absolute Run:

www.absolute-run-augsburg.de

Freitag, 13.00 – 17.00 Uhr

MOBILE BLUTSPENDE

Bayrisches Rotes Kreuz
Tagungscenter Messe Augsburg
Anmeldung vorab notwendig:
www.blutspendedienst.com/
Blutspendetermine

Täglich auf der intersana Messe

KINDER-SPORT-PARCOURS

DKSA Deutsche Kindersport
Akademie
Stand Nr. R27

Freitag, 13.00 – 14.30 Uhr

FUSSBALL-CHALLENGE

Mit Content-Creator Fabian Pecher
Kinder-Sport-Parcours
Stand Nr. R27

Täglich auf der intersana Messe

TORWANDSCHIESSEN

Mit dem Team von Auto Reichhardt
Tolle Gewinne wie FCA-Tickets
Stand Nr. R27

Sonntag, 10.00 – 17.00 Uhr

TESTOSTERONMESSUNG

DMG Deutsche Gesellschaft für
Mann und Gesundheit e.V.
Stand Nr. C10



**SEI DABEI AUF DER
INTERSANA 2024**

TERMIN

FREITAG, 3. MAI, BIS
SONNTAG, 5. MAI 2024



Öffnungszeiten

Freitag & Samstag: 10–18 Uhr
Sonntag: 10–17 Uhr
Einlass bis eine Stunde vor Ende



Eintrittskarten

Tickets können Sie vor Ort oder vorab online erwerben und nach Hause liefern lassen, ausdrucken sowie auf dem Handy speichern.

ORT

MESSE AUGSBURG



Die Eintrittspreise

- **Kinder** bis 12 Jahre: **frei**
- **Erwachsene:** **10 €**
- **Ermäßigt**
(Rentner, Schüler, Studenten und Schwerbehinderte): **8 €**
- **Familien**
(zwei Erwachsene, bis zu drei Kinder unter 16 Jahren): **25 €**
- **Happy Hour**
(ab 14 Uhr, nur vor Ort erhältlich): **5 €**
- **Begleitperson für Schwerbehinderte:** **frei**

» **Zum Online-Ticketshop**
intersana.de/tickets



So geht's zur intersana 2024

Öffentliche Verkehrsmittel

Busline 41:

Königsplatz - Messe

Straßenbahnlinie 3:

Hauptbahnhof über Königsplatz und Rotes Tor – Haltestelle Bukowina-Institut

Parken für Pkw

Wenn Sie mit dem Auto anreisen, müssen Sie sich keine Gedanken um einen Stellplatz machen. Insgesamt stehen Ihnen rund 3700 Parkplätze auf und rund um das Messegelände zur Verfügung. Bei uns können Sie für nur **5 Euro! auf dem P1 direkt vor der Messe Augsburg** parken, die niedrigen Parkkosten werden durch unseren Mobilitätssponsor Auto Reichhardt möglich.