



Bad Tatzmannsdorf, im Juli.2020

## Presseinformation

### **Dr. Tobias Conrad ist neuer medizinischer Leiter** des REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

*Dr. med. Tobias Conrad ist ab Juni 2020 der neue medizinische Leiter des REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF. Der gebürtige Tiroler tritt in die großen Fußstapfen von Dr. med. Herbert Melchart, der 33 Jahre die Kurmedizin in Bad Tatzmannsdorf geprägt und einen maßgeblichen Beitrag zum Wandel in der österreichischen Kurmedizin geleistet hat. Conrad möchte den Erfolgsweg der aktiven Kur fortsetzen und die mentale Komponente verstärken.*

„Die Kur ist heute vielmehr eine Art Trainingslager für das ICH“, skizziert Dr. Tobias Conrad den modernen Ansatz der Kur im REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf. „Oder man könnte auch sagen so etwas wie ein „Pickerl“ für die Gesundheit. Es geht im Grunde darum, die beeinflussbaren Risikofaktoren für jeden zu erkennen und mit gezielten Maßnahmen in der Kur, aber auch mit einem nachhaltigen Programm für zu Hause zu vermindern, um gesund mit hoher Lebensqualität älter zu werden“, sagt Conrad. Dazu gehört für ihn neben den kurmedizinischen Therapien und Anwendungen allem voran Bewegung bzw. das Wiedererlernen, wie gut Bewegung tut, aber auch das Kraftschöpfen aus der Natur und die Beschäftigung mit sich selbst, seinen Beziehungen, seinem Berufsleben und seiner Umgebung. Denn Regeneration und Heilung ist immer ein Zusammenspiel zwischen Körper und Geist. Die Kur in Bad Tatzmannsdorf gehört daher heute zu den modernsten Methoden zur Gesundheitsvorsorge, besonders auch für jüngere Menschen mitten im Berufsleben.

Unterstützt wird Dr. Tobias Conrad von einem 92- köpfigen gut eingespieltes Team an MedizinerInnen und TherapeutInnen sowie einem Kurmittelhaus, das sich durch eine Erneuerung im Vorjahr zu einem modernen Gesundheitszentrum entwickelt hat.

#### **Vielfältige Kompetenzen**

Dr. Tobias Conrad bringt nicht nur höchste medizinische Kompetenz in seine neue Funktion ein. Seine Fähigkeiten und Leidenschaften sind bunt wie ein Frühlingsstrauß, stets geprägt aber von Empathie und die mentale Gesundheit des Menschen im Focus.

„Ich habe nach Wegen gesucht, um mit permanenter Stressbelastung umzugehen“, so der Mediziner heute rückblickend zu seinem Werdegang vom Flugbegleiter zum ärztlichen Leiter. „Meditation und Autosuggestion haben mir dabei sehr durch die hektische Zeit geholfen, danach war es nur noch ein kleiner Schritt zur medizinischen Hypnoseausbildung.“ Das Thema Flugangst begleitete ihn sowohl in seiner Tätigkeit als aktives Mitglied beim Kriseninterventionsteam für Flugpersonal bei der Lufthansa als auch als Autor seiner ersten beiden Bücher "Gelassen Fliegen" und "Ich flieg dann mal". Als Allgemeinarzt praktiziert er seit 2006 und unterrichtet nebenher meditative Methoden und klinische Hypnose. Weitere Bücher folgten: "Mind-Body Medizin", "Ängsten gelassen begegnen" und zuletzt der "Happy Ethik" Ratgeber "Schau gut auf dich".



Zuletzt kamen Fortbildungen als Arbeits- und Kurmediziner und schließlich auch zum Fliegerarzt /Flugmedizinischen Sachverständigen dazu. Sein besonderes Engagement gilt auch der betrieblichen Gesundheitsvorsorge.

"Es rentiert sich, sich selbst und seine Gesundheit wichtig zu nehmen, sich über "Kleinigkeiten" zu freuen und viel zu lachen, sich und den anderen das Leben nicht so schwer zu machen, den Stresspegel damit zu reduzieren und das Leben einfach dankbar zu genießen", lautet die Devise des Mediziners aus Leidenschaft.

Dr. Leonhard Schneemann, Vorstandsdirektor:

"Ich freue mich, dass wir mit Dr. Tobias Conrad einen würdigen Nachfolger gefunden haben. Durch die Breite seines Betätigungsfeldes, seinen Ideenreichtum und seinen bisherigen Erfahrungen wird er wertvolle Impulse für die Kurmedizin in Bad Tatzmannsdorf bringen."

### **Meditatives Yoga mit Dr. Tobias Conrad**

Ein Anliegen ist es für den neuen medizinischen Leiter, sein jahrelanges Know how nicht nur in die Kurmedizin einzubringen, sondern auch in die REDUCE Module im Rahmen eines Gesundheitsurlaubs. Den Anfang machen die „Meditativen Yogatage“. Im Mittelpunkt stehen Einüben und Entfalten von Konzentration, Achtsamkeit und Einsicht durch das Richten des Gewahrseins auf Körperteile, auf Gefühle und auf Gedanken, andererseits wohlwollende und heilsame Emotionen anregen. Alle Einheiten sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

- 3 Übernachtungen inklusive REDUCE Halbpension "Plus"
- Meet & Greet am Anreisetag nach dem Abendessen um ca. 19:30 Uhr mit Dr. Tobias Conrad
- 5 Yogaworkshops mit Dr. Tobias Conrad
- REDUCE Aktivprogramm mit Spaß und Freude an der Bewegung (unter anderem mit Smovey, Nordic Walking, Wassergymnastik, Anti Cellulite Training, Fitnessraum)
- Sommerlicher Badegenuss in der hoteleigenen Thermen-, Sauna- und Sinneswelt mit vielen schattigen und sonnigen Plätzen zum Liegen und Entspannen

3 Übernachtungen ab € 590,00

Termine: 23. - 26.07. 2020 | 13. - 16. 08. 2020 | 17. - 20. 09. 2020

### **NATUR HEILT: DAS REDUCE GESUNDHEITSRESORT Bad Tatzmannsdorf**

Mit Heilmoor, kohlenensäurehaltigem Heilwasser und Thermalwasser punktet das Resort österreichweit mit einem einzigartigen Gesundheitsangebot, das die Basis für ganzheitliche Behandlungs- und Entspannungsmöglichkeiten bildet. Die Wirkung der natürlichen Heilmittel auf die Gesundheit werden durch Zusatztherapien aus dem Bereich der physikalischen Medizin wie Massagen, Elektrotherapien und Heilgymnastik, aber auch mit Angeboten für die mentale Gesundheit, Fitness und Lösungen zur Stressbewältigung, ergänzt.



© REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF | Koller



© REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF | Koller

**PRESSEKONTAKT:**

Bild & Textmaterial:

Alexandra Klucsarits

Teamleiterin Marketing und Verkauf

03353 8200 7016, [marketing@reduce.at](mailto:marketing@reduce.at)

Pressemappe & Bilderdownload [www.reduce.at/presse](http://www.reduce.at/presse)