



Erstes REDUCE Body & Mind Festival startet im Herbst 2026

Festival-Vibes für ein gesundes Morgen

BAD TATZMANNSDORF, April 2026 | Das erste REDUCE Body & Mind Festival vom 25.9. – 1.10.2026 ist ein kraftvoller Impuls im Zeichen innere Stärke und Balance. Die Sehnsucht nach einem langen Leben in Gesundheit ist heute mehr kein Greifen nach den Sternen. Gesundheitsbewusstsein und Selbstfürsorge sind die Hebel für mehr Leistungsfähigkeit und körperliche Fitness - ein Leben lang. Doch wie schafft man den Spagat zwischen achtsamer Gesundheitsbalance und dem steigenden Leistungsdruck in Beruf und Alltag? Genau darum dreht sich das siebentägige REDUCE Body & Mind Festival in Bad Tatzmannsdorf im Südburgenland. Um Antworten, um das Gespür für den eigenen Körper und um Inspiration und Spaß am gesunden Lebensstil. Ein erlebnisreiches Festivalprogramm mit Sessions und Workshops, die bewegen, mitreißen und echte Wow-Effekte zum absoluten Trend-Thema Longevity liefern. Es geht um die Begeisterung für einen gesunden Lifestyle – und darum, diese Begeisterung auch in jedem Lebensalter wirken zu lassen.

Gleichzeitig liefern wissenschaftliche Insights wertvolle Orientierung: Molekularbiologe Dr. Slaven Stekovic gibt Einblick in die neuesten Erkenntnisse aus der Langlebigkeitsforschung. Welche positiven Auswirkungen regelmäßige Bewegung auf unser Gehirn hat – darüber hält Neurowissenschaftlerin Dr. Manuela Macedonia ihre Keynote.

Der Programmbogen ist breit gespannt: Kreativität, Achtsamkeit und mentale Balance wechseln sich mit kraftvollen Sessions voller Energie und Bewegung ab. Ein Spannungsfeld, das inspiriert – und gleichzeitig Raum für Entfaltung lässt. Kickbox Welt- und Europameisterin Nicole Trimmel nimmt die Teilnehmer:innen mit in die Welt des Kickboxens im Sinne von mehr Beweglichkeit, Kräftigung und Koordination. Den Kern des Programms begleitet das REDUCE Expert:innen Team selbst – Psycholog:innen, Physiotherapeut:innen, Diätologinnen Yoga-Trainerin bieten wertvolle Anleitung und Inspiration in Workshops und Impulsvorträgen. Besondere Formate, wie das stille Konzert *Mohnwobil* mit Dr. Johanna Sohm oder eine Kreativ-Session mit dem burgenländischen Künstler Wolfgang Horvath, Mocktail- und Vegan Cooking – Sessions machen das Festivalprogramm zu einem besonderen Erlebnis.

Dabei sein. Beim Body & Mind Festival im REDUCE HOTEL VITAL**S Bad Tatzmannsdorf.**

Buchbar ist das Festival für die ganzen sieben oder auch nur vier Tage, wobei die vier Tage wochenends oder als „Midweek“ gebucht werden können und auch unterschiedliche Programminhalte bieten. Das REDUCE Hotel Vital****S bietet dabei das passende Umfeld: Eintauchen in die wohltuende Wärme des Thermalwassers, loslassen im Spa, den Tag bei vitaler „Grüne Haube-Küche“ ausklingen lassen. Bad Tatzmannsdorf ist der Ort, den die Natur einzigartigen drei natürlichen Heilmittel besondere Kraft geschenkt hat. Ein Ort, an dem man vielleicht genau das findet, was man sucht: Seinen eigenen Schlüssel zu mehr Stärke, Gelassenheit und Vitalität. www.reduce.at/festival

Rückfragen & Kontakt

REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf
Alexandra Klucsarits
Telefon: 0335382007016
E-Mail: marketing@reduce.at

REDUCE

Hotel Thermal 4*S | Hotel Vital 4*S | Kurhotels

Am Kurplatz 2
7431 Bad Tatzmannsdorf
www.reduce.at

T +43 3353 8200
DW Thermal 50, Vital 60, Kurhotels 40

Volksbank Wien AG
IBAN AT27 4300 0400 3521 0109- BIC VBOEATWW
UID-Nr ATU 15674205- Firmenbuch-Nr FN119413H