

Pressemitteilung Marke Vorarlberg

Video mit Alessandro Hämmerle für mehr Erfolg im Leben

8 Übungen machen Lust auf regelmäßige Bewegung im chancenreichen Vorarlberg

„Dranbleiben ist das Wichtigste, auch wenn es mal schwerfällt – bleibt dran und ihr werdet sehen, der Erfolg stellt sich ein!“ Alessandro Hämmerle, Olympiasieger im Snowboardcross, macht uns Mut zum regelmäßigen Sport. Mit acht Übungen, die von Spezialisten aus dem Olympiazentrum Vorarlberg zusammengestellt wurden, möchte der Montafoner allen Vorarlberger*innen Lust auf regelmäßige Bewegung machen. Die Idee der „Marke Vorarlberg“ wurde auch von Montafon Tourismus unterstützt. Der Ausstrahlungszeitraum des Videos passt zum Start des Gemeindebättl von Vorarlberg bewegt – am besten sofort einsteigen!

„Im Sport habe ich gelernt, dass alles nur an mir selbst liegt“, erzählt Alessandro Hämmerle bei den Dreharbeiten auf der Bielerhöhe. Er sei sehr dankbar, dass ihm Vorarlberg so viele Chancen geboten habe und er wolle auf jeden Fall immer hier wohnen. Er ist fasziniert von den Bergen und auch von den vielen Unternehmen, die es in der Region gibt.

Die Idee, über ein Video viele Menschen zum Training zu motivieren, fand er sofort gut. Getroffen hat ihn die „Marke Vorarlberg“ schließlich beim Rondell der Vorarlberger Künstlerin Miriam Prantl. Mit Blick auf den Silvrettastausee und die Bergwelt sind hier viele Stärken Vorarlbergs auf einen Punkt gebracht.

Die acht Übungen stärken und mobilisieren den gesamten Körper. Sie können täglich ausgeführt werden – Erfahrungsberichte sind willkommen!

Alle Trainingsminuten können in der App „Vorarlberg bewegt“ festgehalten werden. Hier läuft aktuell der „Gemeindebättl“ mit tollen Preisen und interessanten Veranstaltungen.

Bild: Alessandro Hämmerle bei den Dreharbeiten vor zwei Wochen auf der Bielerhöhe.

Fotocredit: Marke Vorarlberg, Christoph Scofik - Tannenbach

www.vorarlberg-chancenreich.at

www.vorarlbergbewegt.at