

## LIEBE MOVE & RELAX GÄSTE,



Patrick Koller  
Leiter Move &  
Relax Bereich,  
ehemaliger  
Österreichischer  
Profi-Skicrosser &  
Olympiateilnehmer

herzlich willkommen im Sportresort Hohe Salve – ich freue mich sehr über Ihr Interesse an unserem Hotel und am Move & Relax-Konzept. Als ehemaliger Leistungssportler habe ich jahrelang einen strikten Trainingsablauf verfolgt – einerseits um in meiner Sportart in der Weltelite konkurrenzfähig zu sein und andererseits um Verletzungen und Rückschlägen vorzubeugen.

**Meinen Körper wahrzunehmen**, auf ihn zu achten und auch zu begreifen, welchen Reiz mein Körper richtig verarbeiten kann, steigerte über viele Jahre hinweg mein Interesse an der Sportwissenschaft und an den individuellen Möglichkeiten, den menschlichen Organismus zu verstehen. Wir leben in einer leistungsbezogenen Gesellschaft, wo von jedem Einzelnen ein höchstes Maß an physischer und psychischer Energie gefordert wird. In der Berufswelt wie auch in der Sportwelt werden Körper und Geist stark gefordert – Grenzen werden dabei oft überschritten. Die Wenigsten von uns verstehen es, den Belastungsumfang und die Intensität beider Bereiche richtig zu dosieren, die individuelle Regeneration richtig zu setzen um damit das persönliche Wohlbefinden in Balance zu bringen.

Mit unserem Konzept haben wir es uns zum Ziel gemacht, Sie während Ihres Aufenthaltes genau auf diese wichtigen Bereiche zu sensibilisieren. Mit unseren verschiedenen Angeboten, die wir individuell auf Sie abstimmen und mit unserer Infrastruktur, die modernsten Anforderungen entspricht und voll am Puls der Zeit ist, wollen wir die für Sie richtige Kombination aus MOVE & RELAX finden, um neue, frische Energie für Ihren Alltag zu generieren.

Ihr Patrick Koller

A handwritten signature in black ink that reads "Patrick Koller". The signature is written in a cursive, flowing style.