

# Bei Sport, Spaß & Spessartluft



BODY VITAL – Das Sport- & Fitnesszentrum in Heimbuchenthal

**Heimbuchenthal im Spessart** – Seit Jahrzehnten ist der Ort im oberen Elsavtal als eine Oase für erholungssuchende Gäste und Besucher aus nah und fern bekannt. Die ruhige naturverbundene Lage mit ihrem hohen Erholungsfaktor ist markantes Aushängeschild des beliebtesten Fremdenverkehrsortes im bayerischen Spessart. Dafür steht auch die bekannte und herausragende Gastronomie sowie die leistungsstarken Handels- und Handwerksbetriebe, die die heimische Schaffenskraft widerspiegeln.

Doch halt – Heimbuchenthal hat noch einiges mehr zu bieten. Das angenehme Klima und die gute Luft sind die idealen Komponenten, um auch für die körperliche Erzüchtigung und Freizeitgestaltung eine gesunde Basis zu schaffen. Sport-, Fitness- und Freizeitorientierte in und um die Spessartgemeinde haben daher ihren ganz speziellen Anlaufpunkt. Die Rede ist vom Sport- und Fitnesszentrum BODY VITAL.

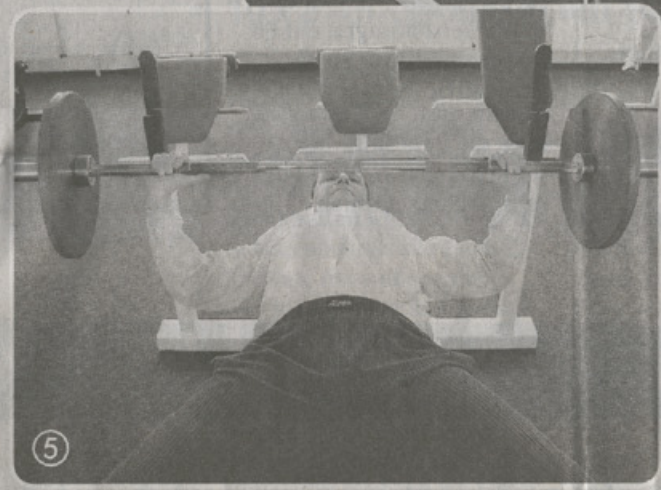
## Aus Hobby wird Beruf(ung)

Als 1990 der damals 20-jährige Jürgen Roth beginnt, sich neben seinem eigentlichen Beruf als Telekommunikationselektroniker, auch um körperliche Kondition und Fitness zu kümmern, startet ein neuer Lebensabschnitt für den jungen Spessarter. Der über 1,90 m große Hüne entwickelt dabei soviel Ehrgeiz und Initiative, dass es ihm gelingt, durch intensives Muskeltraining und eine komplette Umstellung der Ernährung seinen Körper und Geist auf Vordermann zu bringen. Fünf- bis sechsmal die Woche nimmt sich Roth Zeit für die nötigen Aktivitäten, um aus einer schmächtigen Gestalt eine beachtliche Erscheinung in Sachen Bodybuilding zu schaffen.

**»Praxisgerecht«** – Die BODY VITAL Mitglieder nutzen den üppigen Gerätepark. Dabei werden die einzelnen Körperteile trainiert (4, 5 + 6), um die Muskulatur der Arme, Beine, Bauch- und Rückenmuskeln aufzubauen.



4



5

## Von Körperkult zu Unternehmergeist

Hervorragend durchtrainiert nimmt der junge Mespelbrunner seit 1997 an zahlreichen Qualifikationen und Wettbewerben auf regionaler und nationaler Ebene teil, die im bereits viele Auszeichnungen und Bestplatzierungen einbrachten. Im Jahr 2000 erreicht er sogar den ersten Platz bei den hessischen Bodybuilding-Meisterschaften in der Schwergewichtsklasse über neunzig Kilogramm.

Aber da gibt es auch den anderen Jürgen Roth, der es versteht, eigene Motivation zum Wohle sportlicher und fitnessbewusster

Mitmenschen einzubringen. Bereits 1996 ermöglichte der betriebene Körperkult die Umsetzung eines lange gehegten Traumes in Form des eigenen Sport- und Fitnesszentrums BODY VITAL, nahe der altherwürdigen St.-Martins-Kirche, die 2003 ihren 250. Geburtstag feiert.

So lange existiert das BODY VITAL noch nicht, aber dennoch hat es sich in den vergangenen Jahren zu einem echten Treffpunkt für Jung und Junggebliebene gemauert. Die Idee, im Umland entsprechende Aktivitäten anzubieten, findet schnell Anklang und unterstreicht den pfliffigen Unternehmergeist des erfolgreichen Sportlers.

## Raum für Körperertüchtigung & Freizeitgestaltung

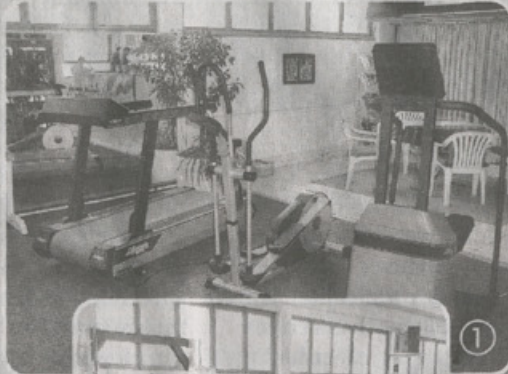
Auf rund 800 Quadratmetern Gesamtfläche bietet das BODY VITAL ein Großangebot an sportlichen Hilfsmitteln, die unterteilt in die Bereiche »Kardio« und »Fitness«, jedem Anspruch gerecht werden. Im Parterre befinden sich neben Laufband, (Liege-)Fahrrädern und Steppern auch die unterschiedlichsten Kraft- und Muskeltrainingsgeräte, die auch genutzt werden können. Jürgen Roth offeriert zudem individuelle Trainingsberatung mit persönlicher Programmabstimmung, um den korrekten Umgang mit Körper, Geist und Gerät zu vermitteln. Hierbei greift der Kraftsportler auf eigene Erfahrungswerte zurück, die gerade Neueinsteigern und untrainierten Personen äußerst hilfreich sind. Um das Leistungsspektrum noch auszuweiten, sind für Musikbegeisterte Aerobic-Stunden und für kampsportinteressierte Kinder und

Erwachsene Tea-Kwon-Do-Kurse möglich, die engagierte und qualifizierte Trainer abhalten.

In Sachen Wellness-Freuden sorgen im BODY VITAL vier hochmoderne Solarien, ein eigener Saunabereich (im Obergeschoss) sowie die hauseigene Fitnessbar für den richtigen »Kick«. An der Bar gibt es fruchtige Erfrischungs- und leckere Powerdrinks, die der Chef des Hauses selbst zubereitet und auschenkt.

## Dabei sein & sich wohl fühlen

Das umfangreiche Leistungsangebot und die gemütliche Atmosphäre des BODY VITAL sprechen für sich. Seit 1996 hat das von Jürgen Roth geführte Unternehmen viele Freunde von sportlicher Körperertüchtigung und individueller Freizeitgestaltung gefunden – steigende Mitgliederzahlen zeugen davon! Wenn auch Sie die Gelegenheit nutzen möchten, um sich und Ihrem Körper etwas Gutes zu tun, dann sind Sie bei Jürgen Roth in Heimbuchenthals Sport- und Fitnesszentrum BODY VITAL bestens aufgehoben, denn über 12 Jahre Leistungssport sind Garant für das gelungene Konzept des Hauses. Bei Sport, Spaß und Spessartluft kann das Motto nur lauten: »Dabei sein ist alles«, und wenn Mann oder Frau sich dabei so richtig wohl



2



3

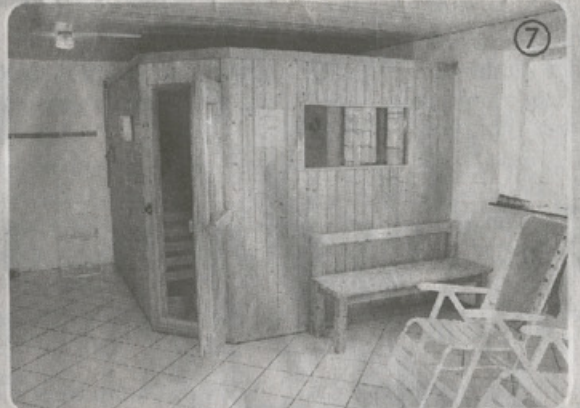
**»Reiche Vielfalt«** – Für jegliche Form von Körperertüchtigung ist passendes Equipment vorhanden. Ob mit Stepper und Laufband (1), diversen Muskelaufbaugeräten oder Hanteln (2 + 3) – alles dient der körperlichen Einsatzfreude.

Fotos: U. Gatscher

fühlt, dann allemal. Nicht umsonst heißt es: »BODY VITAL – ...wo man Freunde trifft!«

**ÜBRIGENS:** Näheres über eine mögliche Mitgliedschaft, die Nutzung der Trainingsgeräte und Saunazeiten sowie über die aktuellen Kurse erfahren Sie telefonisch unter 06092 / 51 10 oder ganz einfach bei einem unverbindlichen Besuch - na' dann, herzlich willkommen!

Ulrich Gatscher



7



8

**»Relaxen garantiert«** – Die Sauna im Obergeschoss (7) und das komfortable Solarium mit drei Einzelkabinen (8) sowie einem separaten Gesichtsräucher schaffen erholsame Ruhe und bieten körperliche Entspannung nach einem anstrengenden Tag.



9

**»Meister seiner Klasse«** – BODY-VITAL-Chef Jürgen Roth (ovales Bild oben) betreibt seit 1990 intensiv Kraftsport und kann auf allerhand Auszeichnungen (9) und Urkunden zurückblicken. Für die Neueinsteiger und Mitglieder seines Sport- und Fitnesszentrums steht er zudem immer mit Rat und Tat zur Seite.