

Fördergemeinschaft Bruchhausen-Vilsen

Die schönen Seiten des Luftkurorts auf einen Blick



www.fgbruvi.de • www.bruchhausen-vilsen.de

Ein Familienunternehmen seit 1998 / Kurse und Gerätetraining

Vielfältiges Programm bei „Fit+Vital“

Von Max Brinkmann

Das Fitnessstudio „Fit+Vital“ (Bahnhofstraße 34, Bruchhausen-Vilsen) existiert seit 17 Jahren. Leiter Andreas Lärz treibt seit mittlerweile 35 Jahren Sport. „Anfangen hat al-

les mit Radsport“, berichtet er. „Ich merkte, dass ich auf Dauer auch etwas für meine Fitness tun und einen Ausgleich suchen muss.“ Daher begann er mit dem Fitnesstherapie. Lärz zeigte dann zusätzlich Interesse an der biologischen und medizinischen Seite des Sports und so begann er 1981 eine Trainerausbildung. Anschließend arbeitete er in mehreren Bremer Fitnesstudios. 1990 fasste er den Entschluss, einen eigenen Be-

trieb zu eröffnen. Nach jahrelanger Planung fanden Andreas Lärz und seine Ehefrau Katrin ein passendes Gebäude in Bruchhausen-Vilsen. Im Februar 1998 eröffneten sie schließlich ihr eigenes Studio.

„Fit+Vital“ ist ein klassisches Fitnesstudio“, sagt Lärz. „Wir gehören zu keiner Kette, sondern sind ein Einzelunternehmen.“ Das Studio hat acht Mitarbeiter, zu denen auch Joscha Lärz, Sohn der Inhaber, gehört.

Das Angebot erstreckt sich von Gerätetraining über verschiedenste Kurse bis hin zum Solarium. Ein besonderer Punkt ist die hauseigene Kinderbetreuung, um die sich Anja Neumann kümmert. So können auch Eltern von jungen Kindern bei „Fit+Vital“ trainieren, ohne ihren Nachwuchs alleine zuhause zu lassen. Er wird in einem extra dafür eingerichteten Raum betreut. Dieser Service steht immer montags, mittwochs und freitags von 9 bis 11.30 Uhr zur Verfügung.

Das Kursangebot ist auf alle Altersklassen ausgelegt und eignet sich sowohl für Einsteiger als auch für Fort-



Das Team von „Fit+Vital“ steht beim Training für Beratung und Hilfe zur Verfügung: (hinten, von links) Joscha Lärz und Andreas Lärz sowie (vorne von links) Katrin Lärz und die Auszubildende Kristina Wolf. Fotos: Max Brinkmann

geschrittene. In den Wintermonaten stehen beispielsweise Pilates, Stretching- oder Workout-Kurse auf dem Programm. Für das gesamte Angebot

gibt es derzeit eine Aktion mit drei Probertrainings. Generell gibt es am Anfang einen Check-Up, bei dem die Muskelfunktion, Ausdauer und so weiter ermittelt wer-

den. Im Anschluss bekommt man einen auf die persönlichen Ziele zugeschnittenen Trainingsplan und kann loslegen. Wer mehr Informationen

haben möchte oder sich anmelden will, kann dies entweder direkt im Studio, Telefon 04252/939593, oder im Internet erledigen. www.fitvital.de



Anja Neumann bei der Kinderbetreuung.



Da läuft einem das Wasser im Mund zusammen – von Torten über Antipasti bis hin zu leckeren Braten zaubert Katrin Habighorst alles für ihre Kunden.



„Eine Besichtigung ist viel mehr als ein Haus ansehen, hier wird ein neues Zuhause entdeckt.“
Regina Passmann

Bokelbraken 11 · 27305 Süntzel · Utenes
0 42 52 93 21-0

Frisches aus Uenzen: Süßes und Herzhaftes aus guter Küche

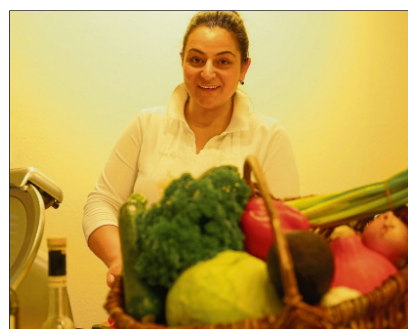
Kochkunst, die von Herzen kommt

Bei Ihnen steht eine Feier an? Das Datum steht fest, die Gästeliste ist geschrieben und jetzt geht es um die wichtige Frage, was serviert werden soll? Das ist der Moment, in dem Katrin Habighorst ins Spiel kommen kann. Die Chefin

von „Katrins Torten – und mehr“ ist absolute Expertin, wenn es ums Kochen und Backen geht.

Für die engagierte Uenzer Küchenfee ist es eine echte Herzensangelegenheit, ihre Kunden optimal zu versorgen. „Im gemeinsamen Gespräch finde ich mit meinen Kunden das passende Essen für den jeweiligen Anlass“, sagt Habighorst.

„Torten, Kuchen, Fingerfood, Antipasti, Desserts und mehr“, so beschreibt sie ihr umfangreiches Angebot und lädt zum Genießen ein. „Lassen Sie sich von mir und meinem Team kulinarisch verwöhnen.“ Egal, ob Familienfeiern, Firmenereignisse, Gartenfeste oder Hochzeiten und Karnevalsfeiern, bei Katrin Habighorst sind Sie in den besten Händen. Von der Essensvorbereitung bis zum Abräumen übernehmen sie und ihre freundlichen Mitarbeiter einfach alles. Auch größere Gesellschaften dürfen sich ihr anvertrauen,



Katrin Habighorst in ihrer Küche.

wenn es ums Essen geht.

In der Küche wirbelt Habighorst mit viel Elan und großer Freude herum. Die gleiche Begeisterung legt sie an den Tag, wenn es um die Planung und Durchführung von Festen geht. „Von süß bis herzhaft, von traditionell bis modern, wir machen alles möglich. Bei

jedem Gespräch ist es mir wichtig, auf die individuellen Wünsche der Kunden einzugehen. Wir entdecken quasi gemeinsam eine passende Menüfolge“, beschreibt Katrin Habighorst ihre Arbeit. Ihre Begeisterung fürs Kochen und Backen überträgt sich dabei schnell auf ihren Gesprächs-

partner, sodass man es kaum erwarten kann, sich endlich den Teller zu füllen.

Schon der Aufbau eines Büfetts ist wichtig: „Das Auge isst mit und wir freuen uns, wenn es nicht nur schmeckt, sondern auch noch toll aussieht. Wenn es der Kunde wünscht, kümmern wir uns mit einer Art Rundum-sorglos-Paket um alle Aspekte des Essens.“

„Katrins Torten – und mehr“ ist innerhalb kürzester Zeit zu einem echten Geheimtipp geworden – der mittlerweile schon über die Grenzen der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen bekannt ist.

Wer sich von der frischen und leckeren Kochkunst selber überzeugen möchte, sollte Kontakt mit Katrin Habighorst aufnehmen: „Katrins Torten – und mehr“, Am Brink 24, 27305 Uenzen. Telefon: 04252/1768, Fax: 04252/911420, E-Mail: info@katrins-torten.de, • www.katrins-torten.de

Katrins Torten
und mehr...

Süßes und Herzhaftes zum Bestellen
Torten - Kuchen - Fingerfood - Antipasti - Desserts - Buffet

Katrins Torten und mehr - inhaberlich: Katrin Habighorst
Am Brink 24 - 27305 Uenzen/Süntzel
Tel: 04252-1768 - Mobil: 0173-2158019 - Fax: 04252-911420
E-Mail: info@katrins-torten.de - www.katrins-torten.de

Wir laden Sie ein:
Tage der offenen Tür

hess klangkonzeppte seit 1989

13. & 14. November
09:00 bis 18:00 Uhr

10% Rabatt auf alle...
15% Rabatt auf alle Peter Hess' Klängebücher
20% Rabatt auf die gesamte Schmeckerbücherei

hess klangkonzeppte
Uenzer Dorfstraße 71
27305 Uenzen