

FITNESSNEWS

ÖSTERREICH'S FITNESS JOURNAL

Ausgabe Juli/August 2026
Österreich € 5,-
Schweiz CHF 6,-
Deutschland € 6,-

ÖÖ FITNESSTAG
Mehr Kraft fürs Leben

**DER WEG BEGINNT
VOR DEM ANPFIFF**
Das ÖFB Team bei der WM

**LASK x
TECHNOGYM**
Ein historisches
Double

45 JAHRE
FITNESSMAGAZINE IN ÖSTERREICH





BARBARA REINISCH

„GEHT NICHT, GIBT ES NICHT“

FOTOS: GOLDEN HILL, FOTO STROBL, HANS KÜHNLE

Sport ist seit über 30 Jahren ein fixer Bestandteil der attraktiven Kärntnerin, die gemeinsam mit ihrem Gatten Andreas, das exklusive „GOLDEN HILL“ - ein luxuriöses Chalet-Resort in der Südsteiermark betreibt. Sport sieht Barbara als Fundament fürs Leben an, nicht als Pflicht, sondern als Kraftquelle.

Bereits während ihrer Schulzeit trainierte sie fünf bis sechs Tage pro Woche. Später, nach ihrem Studium in Betriebswirtschaft, Wirtschaftsrecht und ihrem Doktorat in betrieblicher Finanzierung, wurde ihr Training zeitlich kompakter – aber intensiver. „Ich habe gelernt, niemals an mir zu zweifeln. Schon früh habe ich Entscheidungen getroffen, die nicht dem klassischen Erwartungsbild entsprachen. Statt der Oberstufe im Gymna-

sium wählte ich die HTL für Elektrotechnik – eine Schule, in der ich fast ausschließlich von männlichen Mitschülern umgeben war. Ich trank keinen Alkohol, rauchte nicht, war stets gepflegt und sehr zielstrebig. Was anfangs akzeptiert wurde, kippte rasch.

Meine sehr guten Noten verstärkten den Neid. Aus Beliebtheit wurde Ablehnung, aus Ablehnung Mobbing. In dieser Zeit wurde das Fitnesscenter mein zweites Zuhause. Nach der Schule ging ich direkt trainieren. Dort zählte nicht, wer ich war oder was an-





dere über mich dachten – sondern Disziplin, Entwicklung und Fokus. Ich liebe es zu sehen, wie sich mein Körper veränderte, stärker wurde. Noch wichtiger aber: mein Geist. Ich war umgeben von Menschen, die erfolgreich waren, Verantwortung für sich übernahmen und Sport als Ausgleich nutzten. Einige von ihnen waren erfahrene Bodybuilder. Und so wurde ein Gedanke in mir gesät: Eines Tages selbst auf der Bühne zu stehen – bei einem Miss-Fitness Bewerb“, erzählt uns Barbara beim Interview.

Am 11. April war es dann soweit. Barbara Reinisch stand mit 45 Jahren beim Fitness Model® International Contest im Casino Linz auf der Bühne. Dafür hat sie hart trainiert und akribisch auf die Ernährung geachtet. Bei der Vorbereitung wurde nichts dem Zufall überlassen. Posing-Training, die Auswahl des richtigen Bühnenausfits,

die perfekte Bräune. Alles stimmte und für die erste Teilnahme hat die ehrgeizige Powerfrau alles richtig gemacht. Nicht ganz zufrieden war sie mit dem vierten Platz. „Zumindest Platz drei wollte ich erreichen“ war Barbara zunächst ein wenig enttäuscht. Doch die Platzierung allein sagt nichts aus. Wichtig ist, was hat man in der Vorbereitungszeit geschafft, wie konnte man sich verbessern und wie hat man sich selbst auf der Bühne gefühlt. Die Freude und der Spaß sollten durch eine Platzierung nicht verwässert werden. Wie heißt es so schön – Aufstehen, Krone richten und dem Motto „Geht nicht, gibt es nicht“ treu bleiben. Drei Wochen später, bei der Int. Deutschen Meisterschaften der WFF, schaffte sie es zweimal als Drittplatzierte aufs Stockerl.

Das Golden Hill - eine Wohlfühlloase

mit luxuriösen Chalets jeweils mit Private Spa, erlesener Kulinarik, einem weitläufigen Park mit Naturschwimmteich und einem vollausgestatteten Fitnesskubus. Bewegung und neue Longevity darf hier Bestandteil des Urlaubs sein.

www.golden-hill.at

