



Gesundheit und Wohnen unter einem Dach

Bauprojekta stellt Wohn- und Geschäftshaus in der Mörikestraße 7 in Balingen vor

Tag der offenen Tür im Gesundheitszentrum

Gezielt entspannen, bewusst ernähren oder an speziellen Geräten den Rücken stärken: Bei der AOK sind künftig alle Angebote unter einem Dach – in unmittelbarer Nähe des Kundencenters.

Am Samstag, 12. Januar, eröffnet das neue AOK-Gesundheitszentrum in der Mörikestraße 7 mit einem Tag der offenen Tür von 12 bis 16 Uhr. Die Besucher erwarten zahlreiche Schnupperangebote. »Vorbeischauen lohnt sich«, wird in der Einladung versichert. Egal ob Functional Fitness oder das AOK-HüftKnieProgramm – für jeden sei das Richtige dabei. Präventionsexperten der Kasse helfen, Stress-Situationen zu analysieren und zeigen verschiedene Entspannungsmethoden auf. Insgesamt bietet die Kasse in den Bereichen Er-

nährung, Bewegung und Entspannung mehr als 100 Gesundheitskurse an.

Im modernen AOK-KochStudio werden verschiedene Kochkurse, zum Beispiel Trendküche, Schnell und lecker oder Ernährung im Sport, angeboten. Von 12.30 bis 14.30 Uhr ist »Show-Cooking« mit dem B2-Küchenteam. Es wird gekocht und gegessen, was gesund ist und schmeckt: leckere Snacks in Bio-Qualität. Für eine ganz individuelle Ernährungsberatung kann ein persönliches Beratungsgespräch mit den Ernährungsexpertinnen vereinbart werden.

Das neue AOK-RückenStudio erstreckt sich auf über 130 Quadratmeter und ist die größte Trainingsfläche im neuen Gesundheitszentrum. An speziell entwickelten Trainingsgeräten werden Rumpf-, Nacken- und Halsmuskulatur trainiert. So werden Muskeln aufgebaut und der Rücken längerfristig



Hier wird am Tag der offenen Tür lecker und gesund gekocht: die neue Küche des Gesundheitszentrums.

Fotos: Ungureau



An speziell entwickelten Geräten werden Rumpf-, Nacken- und Halsmuskulatur trainiert: Das RückenStudio ist die größte Trainingsfläche im neuen AOK-Gesundheitszentrum.

gestärkt. Große Spiegel geben den Räumen mehr Weite und den Teilnehmern die Möglichkeit, bei den verschiedenen Übungen ihre Körperhaltung zu überprüfen.

Vitalmessungen ergänzen das Angebot: Unter anderem kann das Körperfett bestimmt werden, es gibt einen Balance-Check und einen Maximalkraft-

test. Und die Besucher können sich zu einem der zahlreichen Kurse der AOK anmelden. Gut zu wissen: »Für AOK-Versicherte sind die Angebote im AOK-Gesundheitszentrum kostenfrei«, sagt Klaus Knoll, Geschäftsführer der AOK Neckar-Alb.

Auch das erste Obergeschoss ist von der AOK belegt: Dort

stehen 175 Quadratmeter Bürofläche für das Gesundheitszentrum zur Verfügung, und der Soziale Dienst der AOK belegt eine Fläche von 320 Quadratmetern.

Den Umzug aus der Bahnhofstraße ins neue Gesundheitszentrum sieht AOK-Chef Knoll als »ein klares Zeichen, dass wir vor Ort bleiben und in

die Gesundheit unserer Versicherten investieren, und zwar dort, wo sie uns auf kürzesten Wegen erreichen können«.

Übrigens: Für die Besucher gibt es am Tag der offenen Tür als Gastgeschenk je einen AOK-Massageball sowie 200 ProFit-Punkte im Prämienprogramm der AOK Baden-Württemberg.

AOK

Einladung zur großen Neueröffnung am
12.01.2019, 12–16 Uhr, Mörikestraße 7, Balingen

Gesund ins neue Jahr starten!
Im neuen AOK-Gesundheitszentrum Balingen

Schauen Sie vorbei und starten Sie gesund und sportlich ins Jahr 2019. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

GESUNDNAH
AOK – Die Gesundheitskasse Neckar-Alb

Zukunft bauen. BAUPROJEKTA Entwicklung Planung Baubetreuung

Mörikestraße 7
Das Gesundheitszentrum in Balingen

Das komplette Paket rund um das Bauen.

Turmstraße 15 · 72351 Geislingen-Binsdorf
Telefon +49 74 28 – 9 40 40 · info@bauprojekta.de

SCHLOSSEREI JÜRGEN STETZA

Schlosserei Stetza
Ihr Meisterbetrieb aus der Region
Frischlinstraße 15/1
72336 Balingen-Erzingen

Telefon: 07433 99740-45
Telefax: 07433 99740-46
Mobil: 0173 8957890
E-Mail: info@schlosserei-stetza.de
Internet: www.schlosserei-stetza.de

HECTAS

Herzlichen Glückwunsch zum Neubau!

Hectas Facility Services
Stiftung & Co. KG
Ohnrastr. 7/4 · 72336 Balingen
Telefon 07433 4041

bosch + gruber ingenieurbüro

Tragwerksplanung

Oberndorfer Straße 97 | 78713 Schramberg
Tel. 0 74 22 / 24 54 22-0 | info@statik-bg.de
www.statik-bg.de

Inh. Stephan Gruber

KOSSENDEY
Das Fliesenfachgeschäft
Beratung · Verkauf · Verlegung

Zimmern o.R.
Robert-Bosch-Str. 16
(Nähe Sportplatz)
Tel. (0741) 318 05
Fax (0741) 340 47

www.fliesenstudio-kossendey.de

WOM
DIE GROSSE WOCHENZEITUNG

Wir gratulieren zum gelungenen Neubau!

Rupert Linder GmbH

Gipsergeschäft
Manchesterstraße 20
72458 Albstadt-Ebingen
Telefon (07431) 1309-0
Telefax (07431) 1309-23
info@linder-stuckateur.de
www.linder-stuckateur.de

Linder
STUCKATEUR-FACHBETRIEB

BAUPROJEKTA | Entwicklung Planung Baubetreuung

Gesundheit und Wohnen unter einem Dach

Bauprojekta stellt Wohn- und Geschäftshaus in der Mörikestraße 7 in Balingen vor

Gesundheitszentrum, Arztpraxis, Wohnungen

Sechs Jahre hat es gedauert, jetzt ist es soweit: In der Mörikestraße 7 neben dem AOK-Kundencenter ist ein modernes und komfortables Wohn- und Geschäftshaus entstanden. Die Verkehrsanbindung ist optimal.

Ein Millionenprojekt wie dieses braucht seine Zeit: Die erste Bewerbung für den Erwerb des Grundstücks hatte die Bauprojekta bereits im Juni 2012. Ein gutes Jahr später war der Kaufvertrag für das Grundstück unterzeichnet. Mit der Stadt Balingen wurde der städtebauliche Vertrag für die Erstellung des Bebauungsplans unterzeichnet.

Im Juli 2015 wurde der Bebauungsplan rechtskräftig, und im Dezember wurde die Planung für das Gesundheitszentrum eingereicht. Am 21. Juli 2016 wurde die Baugenehmigung erteilt.

Architekt war Michael Hölzenbein, mit dem die Bauprojekta bereits seit längerer Zeit gut zusammengearbeitet hatte.

Am 3. August 2016 war Spatenstich. Es war ein Projekt von beeindruckenden Dimensionen. Das wird anhand der Eckdaten deutlich: mehr als 5000 Kubikmeter Erdaushub, das sind 10 000 Tonnen oder 400 Sattelzüge voll; dafür waren 600 Baggerstunden erforderlich, was 75 Arbeitstagen entspricht. Der tiefste Punkt liegt 7,5 Meter unterhalb des Straßenniveaus. Verbaut wurden 200 Meter Beton-Bohrpfähle sowie 160 Meter Stahlträger mit einer Maximallänge von zwölf Metern.

Für das Gesamtobjekt waren 220 Tonnen Baustahl und 2200

Kubikmeter Beton erforderlich; 275-mal rollten die Betonmischer-Laster an. Das Ergebnis kann sich sehen lassen, und die Belegung ist nach Angaben der Bauprojekta »weitestgehend abgeschlossen«: In dem neuen Wohn- und Geschäftshaus ist das AOK-Gesundheitszentrum untergebracht.

Auf mehr als 440 Quadratmetern ist hier alles unter einem Dach – Bewegungs- und Entspannungskurse, ein AOK-Kochstudio, ein großes AOK-Rückenstudio und auch Raum für persönliche Beratungsgespräche.

Im zweiten Obergeschoss ist die Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie-Praxis von Prof. Dr. Dr. Wolfgang Eichhorn untergebracht, die vom Württemberger Hof in die neuen Räume umgezogen ist. Im zweiten Obergeschoss steht noch eine weitere Gewerbefläche mit 180 Quadratmetern zur Verfügung, die noch nicht verkauft ist. Der Innenausbau kann wie gewünscht ausgeführt werden: »Hier sind wir flexibel«, wird versichert.

Im Dachgeschoss gibt es drei Penthouse-Wohnungen mit je-



AOK-Gesundheitszentrum, Arztpraxis und Wohnungen: Das Wohn- und Geschäftshaus in der Mörikestraße ist fertig. Foto: Maier



Parken auf zwei Etagen: Auf den beiden Ebenen gibt es insgesamt 26 Stellplätze. Foto: Ungureau

weils 140 Quadratmeter Fläche. Für eine optimale Parksituation bietet eine Tiefgarage auf zwei Ebenen insgesamt 26 Stellplätze.

Für das entgegengebrachte Vertrauen und die gute Zusammenarbeit sei er der Stadt Balingen, den beteiligten Baufirmen, den Käufern und Nutzern sehr dankbar, betont Bauprojekta-Geschäftsführer Bernd Eberhart.

Wir gratulieren zum gelungenen Neubau!

HERMANN Heizung Sanitär

72367 Weilen u. d. R.
Tel.: 074 27 / 92 05 0
www.hermann-shk.de

Wir gratulieren zum gelungenen Neubau!

Ausführung der Zimmer- und Fassadenarbeiten

HOLZBAU LEOPOLD GmbH & Co. KG

Zimmerei- Dach- und Fassadenbau

Industriegebiet-Süd • Saline 49 • 78628 Rottweil • Telefon 0741-129 10 • Fax 1 29 99

epplerfenster

Beste Aussichten

- Fenster
- Haustüren
- Wintergärten

074 31 / 94 88 0 • Meßstetten **SCHÜCO**

PETER DREXLER

ELEKTROTECHNIK

Urbanstraße 12
72379 Hechingen
Telefon 0 74 71 - 1 46 25
Fax 0 74 71 - 1 46 15
d-elektrotechnik@t-online.de

- Elektroinstallationen
- Elektroheizungen
- Elektrogeräte
- Sat-Anlagen
- Altbausanierung
- KNX/EIB-Systemtechnik

Eine Aktion des Schwarzwälder Boten für die Schulen im Zollernalbkreis.

Jetzt mitmachen bei „ZiSCH – Zeitung in der Schule“!

Lehrer aufgepasst!

Mitmachen können alle Lehrer mit ihren Klassen der Stufen 8 bis 10.

Im Kontakt mit den Zeitungsprofis und im Unterricht erfahren die Schüler alles Wissenswerte zum Thema Zeitung. Außerdem können sie selbst Artikel schreiben, die im Schwarzwälder Boten veröffentlicht werden. Im Projektzeitraum vom **11. März bis 5. April 2019** bekommt die ganze Klasse den Schwarzwälder Boten kostenlos in die Schule geliefert. Zusätzlich erhält jeder Teilnehmer einen Zugang zum Schwarzwälder Bote ePaper, um die Zeitung auch digital lesen zu können.

Die Lehrer machen sich vorher schlau: Damit keine Frage offen bleibt, machen sich die Lehrer im Rahmen einer Informationsveranstaltung zum Thema Zeitung schlau. Hier erhalten sie auch umfangreiches Unterrichtsmaterial für die Arbeit mit ihren Schülern.

Lehreranmeldung bitte bis 18. Januar 2019 einsenden!

Die Klassenzahl ist auf 20 Klassen begrenzt!

Gefördert vom **KINDER MEDIENLAND** Baden-Württemberg

ePaper-Zugang für jeden Teilnehmer!

Anmeldung

Ich bin mit meinen Schülern dabei und melde mich zum Projekt „Zeitung in der Schule“ an. Ich nehme außerdem an der Informationsveranstaltung am 20. Februar 2019 teil.

Schule _____ Schultyp _____

Anschrift Schule _____

Klasse / Kurs _____ Klassenstärke _____

Name / Vorname Lehrer/in _____ E-Mail _____

Telefon privat _____ Telefon Schule _____

Datenschutzhinweis: Die Schwarzwälder Bote Mediengruppe verarbeitet Ihre personenbezogenen Daten zur Abwicklung des Projektes ZiSCH und zur Kontaktaufnahme. Wir informieren Sie darüber hinaus, unabhängig einer ausdrücklichen Einwilligung über eigene und ähnliche Angebote oder Dienstleistungen per E-Mail. Zu den genannten Zwecken können Ihre Daten auch an andere Dienstleister weitergegeben werden. Sie können der werblichen Nutzung Ihrer Daten jederzeit schriftlich oder per E-Mail an werbe.widerspruch@schwarzwaelder-bote.de widersprechen. Ausführliches zur Informationspflicht und zum Thema Datenschutz finden Sie unter <https://www.schwarzwaelder-bote.de/datenschutz>

Bitte einsenden an das vom Schwarzwälder Boten beauftragte medienpädagogische Fachinstitut: PROMEDIA Wolff, Petra Wolff, Nidegger Straße 52, 52224 Stolberg, E-Mail: zisch@promedia-wolff.de oder per Fax: 02409 213 99 40 Fragen beantwortet Leonie Pfau, Schwarzwälder Bote, unter: 07423 78245 oder E-Mail: leonie.pfau@schwarzwaelder-bote.de

Gut zu wissen.

Besuchen Sie unseren **Schwarzwälder Bote Aboshop!**

www.schwabo-shop.de