# perfect eagle

GOLF_LIFE_STYLE

7 EURO
JULI / AUGUST 2016

IM **FOKUS:**
***DOC* GOLF**
//
*So gesund ist Golf & so fit sind die Golfer*

VON DER **ERNÄHRUNG** BIS ZUM **THERAPIENUTZEN**
MODE SHOOTING: **GOLF FASHION REHAB**
**HALBGÖTTER** IN WEISS **AM GRÜN**

03
0 742832 695916

PERFECT-EAGLE.COM

P.B.B. 12Z039240M SCORE 54 MARIAHILFER STRASSE 103/22, 1060 WIEN

# F(L)IGHT mit ANJA

## AUF MALLORCA MIT MR. LIFESTYLE MARCEL REMUS

VON ANJA KATHARINA BAUDECK

FOTOS UWE ERENSMANN
HAIR & MAKEUP BETTINA KLOS
SCHMUCK HERALDIS.DE
FASHION ADIDAS

*Mein Telefon klingelt und eine charmante Stimme beginnt: „Anja, es wird mal wieder Zeit, dass du mich besuchen kommst?!" Mein Lächeln wird breiter: „Du, ich habe gerade an dich gedacht, Marcel. Die Sommerausgabe des Magazins steht vor der Tür und du bist ‚perfect' für meinen nächsten ‚F(l)ight'".*

Am anderen Ende der Leitung ist Marcel Remus, bekannt aus Funk und Fernsehen und DER Immobilienmakler Mallorcas. Flug gebucht, Koffer gepackt und wenige Tage später spüre ich die warmen Sonnenstrahlen in meinem Gesicht. Herrlich! Wieder einmal bin ich einer von fast zehn Millionen Touristen, die jährlich Mallorca bereisen. Die Lieblingsinsel der Deutschen ist mit 3.640 Quadratkilometern die größte Insel der Balearen Gruppe und hat als facettenreiches Urlaubsparadies weitaus mehr als den Ballermann zu bieten. Ein Paradies mit 24 Golfplätzen, die in toller Umgebung auch durch die fantastischen Aussichten jedes Golferherz höher schlagen lassen.

**MEIN HEUTIGER F(L)IGHTPARTNER: MARCEL REMUS**

Der 25-jährige Maklerunternehmer, der bereits in seinen jungen Jahren eine Autobiographie „Mein Leben" vorweisen kann, hat sich auf exklusive Immobilien aus dem Top-Segment spezialisiert. Ob stilvolle Villa, Herrenhaus oder Appartement ... „Er bringt Sie zur Traumimmobilie". Bei Sonnenschein, 25 Grad und einer leichten Brise treffe ich Marcel Remus am Abend zum Dinner. Während wir am Yachthafen von Portals Nous entlangspazieren, verrät mir Marcel pikante Details aus seinem Leben. Die Bestellung beim Kellner erfolgt wie selbstverständlich auf Mallorquin. Was mich wirklich verblüfft ist, dass der Herr von Welt nicht nur fließend englisch und spanisch spricht, sondern jetzt auch noch russisch lernt.

**#Healthy Lifestyle**

Bei einem Thema sind wir uns absolut einig. Ein gesunder, bewusster Lebensstil ist ein definites Muss, um sich gut zu fühlen und Top Leistung zu bringen. Und das fängt schon mit dem Frühstück an. „Sag mal, wie hältst Du Dich eigentlich fit?" Marcel, der den Reitsport liebt und auf gute Ernährung achtet, verfolgt diszipliniert ein strikt tes Fitnessprogramm. „Ich hatte es zwar immer schon im Hinterkop mit dem Golfsport anzufangen, doch die Zeit ließ es bislang nich zu. Es ist längst überfällig, dass Du mich in die Welt des Golfens ein tauchen lässt." So etwas lasse ich mir nicht zweimal sagen und fang sofort an, von meinem morgendlichen Golfründchen in Son Gua zu schwärmen. Einfach mal die Seele baumeln lassen, den strahlen blauen Himmel genießen und einen Traumplatz spielen. Für mic einer der schönsten Plätze Europas. Dieses Gefühl, auf der Clubte rasse zu stehen und den Golfplatz im wahrsten Sinne des Wortes z Füßen liegen zu sehen, ist überwältigend! „Golf ist ein klasse We

etwas für Deine Gesundheit zu tun," sage ich und „JA, Golf ist tatsächlich ein anstrengender Sport!" Studien der technischen Universität München haben erwiesen, dass der Kalorienverbrauch bei einer 4,5 stündigen Golfrunde mit ca. 1.700 kcal höher ist, als der eines zweistündigen Tennismatches. Auf Grund dessen ist es umso wichtiger sich auf der Runde richtig zu versorgen. Ich persönlich trinke ca. zwei Liter auf einer Runde. Das hilft mir meine Konzentration und Präzision aufrecht zu erhalten.

Ein sportspezifisches Training ist hier sehr sinnvoll. Das stelle ich für mich sicher durch die Betreuung eines Top Mediziners. Dr. Marco Seita, erste Adresse in Sachen Golfsport und Orthopädie und Leiter des Instituts Medical Health Mallorca, der auf Golfsport-spezifisches Training spezialisiert ist. Als besonders effektiv hat sich für mich Easy Motion Skin herauskristallisiert, das EMS Training der nächsten Generation. Mit 2 x 20 min wöchentlich weiß ich, wie ich mich top fit halte.