

Gesundheitssport- programm jackpot.fit in Hausleiten

Zielgruppe

- Personen von 30 – 65 Jahren
- Sportneu- und Wiedereinsteiger*innen
- Personen mit Typ 2 Diabetes
- Absolvent*innen eines Kur- und Gesundheitsaufenthalts

Für alle, die in ein „bewegteres“ Leben starten möchten, ist dieses standardisierte Gesundheitssportprogramm genau das Richtige. Der Spaß und die Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund. Die gegenseitige Motivation in der Gruppe ist das gemeinsame Ziel und soll helfen, am Ball zu bleiben.

Inhalt: Gesundheitswirksames Motivations-, Kraft- und Ausdauertraining für Erwachsene

Start der Kurse ab

12. Februar 2025

Trainer*in

Sonja Gschar MI

Viktoria Binder DO



Wann und wo?

Mittwoch, 17:30 – 18:30 ab 12.02.2025

Donnerstag, 18:00 - 19:00 ab 13.02.2025

Turnsaal der VS Hausleiten

Schulgasse 2

3464 Hausleiten

Wir freuen uns
auf Ihre Anmeldung!

Brigitte Decker BA MPH

Tel.: +43 50808 9214

niederosterreich@jackpot.fit



Online Anmeldung unter:
<https://www.jackpot.fit/anmelden>