

Gesundheitssport- programm jackpot.fit in Königsbrunn

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

14. Februar 2024

Trainer*in

Sascha Artner



Wann und wo?

Mittwoch, 19:00 – 20:00

Volksschule Königsbrunn
Am Hausberg 6
3465 Königsbrunn

Wir freuen uns
auf Ihre Anmeldung!

Brigitte Decker BA MPH

Tel.: +43 50808 9214

niederösterreich@jackpot.fit



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