

Gesundheitssport- programm Jackpot.fit in Hitzendorf

+

Kostenloses
Einstiegs-
semester!

Zielgruppe

- Personen von 30 - 65 Jahren
- Bewegungsmuffel, 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 **Trainer*in**

01. Juni 2021

Monika Zengerer



Wann und wo?

Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr

Kirschenhalle Hitzendorf

Anmeldungen bei Lena Großschädl, MA
Kontaktdaten siehe rechts!

Wir freuen uns auf
Ihre Anmeldung!

Tel.: 050 808 9516

E-Mail: jackpot@svs.at

 www.facebook.com/jackpot.fit

Web: www.jackpot.fit