

# Gesundheitssport- programm Jackpot.fit startet in Hitzendorf!

## Zielgruppe

- Personen von 30 – 65 Jahren
- Sportneu- und Wiedereinsteiger\*innen
- Ideal nach einem Kuraufenthalt, bei Übergewicht oder Diabetes
- Fitnesslevel: Einsteigerniveau

Für alle, die in ein „bewegteres“ Leben starten möchten, ist dieses Gesundheitssportprogramm genau das Richtige. Gemeinsam Gesundheit fördern und Freude an der Bewegung haben, für eine gesteigerte persönliche Fitness und mehr Wohlbefinden - das steht bei Jackpot.fit im Vordergrund.

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

## Start der Kurse ab

28.02.2023

## Trainer\*in

Dipl. Fitnesstrainerin

Monika Zengerer

## Wann und wo?

Dienstag

18:00 - 19:00 Uhr

Mittelschule Hitzendorf

Hitzendorf 120

8151 Hitzendorf

+

Kostenloses  
1. Semester -  
sei dabei!



Wir freuen uns  
auf Ihre Anmeldung!

Koordinationsstelle Stmk.

T: 050 808 9516

E: steiermark@jackpot.fit



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