

Gesundheitssport- programm Jackpot.fit in **TRAISEN**

+

Kostenloses
Einstiegs-
semester!

Zielgruppe

- Personen von **25-65 Jahren**
- Sporteinsteiger*innen und
- Wiedereinsteiger*innen
- 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

Do.23.02.2023

Wann und wo?

18:30-19:30

VS-Traisen

Trainer*in

Fügl Marianne

Liegle Monika



Wir freuen uns auf
Ihre Anmeldung!

Brigitte Decker

Tel.050808-9214

E-Mail:

niederosterreich@jackpot.fit

Info auch bei Monika Liegle
Tel.Nr.0664 3451928 oder
monika@liegle.at