

# Gesundheitssport- programm jackpot.fit in Schwechat

## 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

10. Februar 2025

## Trainer\*in

Doris Feichtl

Claudia Peretti

## Wann und wo?

Montag , 17:15 – 18:15 ab 10.02.2025

Donnerstag, 18:00 - 19:00 ab 13.02.2025

ClubA.

Phönix Saal

Alfred Horn Straße 2

2320 Schwechat



Wir freuen uns  
auf Ihre Anmeldung!

Brigitte Decker BA MPH

Tel.: +43 50808 9214

niederoesterreich@jackpot.fit



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