





Gesundheitssportprogramm jackpot.fit in **Schwechat**

Zielgruppe

- Personen von 35 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

Trainer*in

23. Februar 2023

Brigitte Jez

Wann und wo?

Donnerstag, 18:30 - 19:30

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



