

## „Bewegt im Park“ macht Bezirk und Stadt Wr. Neustadt fit

### Kostenloses Sommer-Sportprogramm der ÖGK

Die Initiative „Bewegt im Park“ lockt auch heuer wieder zur gemeinsamen Bewegung in Parks und auf öffentliche Plätze im Bezirk Wr. Neustadt. Das vielfältige Kursprogramm läuft in den Sommermonaten und bietet kostenlose Sporteinheiten (mit genügend Abstand) für jedes Alters- und Fitnesslevel:

„Starker Rücken“ – ab 6.7.20 in Wr. Neustadt, Akademiepark: jeden Montag von 8:30 bis 9:30 Uhr

„Capoeira für Kinder“ – ab 1.7.20 in Wr. Neustadt, Stadtpark: jeden Mittwoch von 17:00 bis 18:00 Uhr

„Capoeira für Erwachsene“ – ab 1.7.20 in Wr. Neustadt, Stadtpark: jeden Mittwoch von 18:00 bis 19:00 Uhr

„Werde Schmerzen los“ – ab 22.6.20 in Bad Erlach, Mühlweg: jeden Montag von 18:00 bis 19:00 Uhr

„Reaktiv Walking“ – ab 24.6.20 in Bad Erlach, Volksschule: jeden Mittwoch von 10:00 bis 11:00 Uhr

„Gesundheitssport Mix“ – ab 2.7.20 in Wr. Neustadt, Sportplatz Martinsgasse: jeden Donnerstag von 18:00 bis 19:00 Uhr

„Bagger dich FIT“ – ab 7.7.20 in Wr. Neustadt, Sportplatz Martinsgasse: jeden Dienstag von 18:00 bis 19:00 Uhr

„Fit durch den Sommer“ – ab 2.7.20 in Wöllersdorf, Biotop: jeden Donnerstag von 18:30 bis 19:30 Uhr

„athleticflow am Biotop“ – ab 1.7.20 in Steinabrückl, Biotop: jeden Mittwoch von 18:30 bis 19:30 Uhr

Die Kurse können jederzeit spontan und ohne Anmeldung besucht werden. Obendrauf gibt es wertvolle Tipps der erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleiter für einen gesunden, fitten Alltag.

„Bewegt im Park“ ist eine österreichweite Initiative der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK), des Dachverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger, des Sportministeriums und der Sportverbände ASKÖ, ASVÖ und Sportunion. Alle Informationen gibt es auch unter [www.bewegt-im-park.at](http://www.bewegt-im-park.at).