

„Bewegt im Park“ macht Stadt und Bezirk 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 Kurs-programm läuft in den Sommermonaten und bietet kostenlose Sporteinheiten (mit genügend Abstand) für jedes Alters- und Fitnesslevel:

„Starker Rücken“ – ab 14.6. in **Wr. Neustadt**: jeden Montag von 8:30 bis 9:30

„Fit & Fun mit Capoeira“ – ab 14.6. in **Wr. Neustadt**: jeden Montag von 18:30 bis 19:30

„Beachvolleyball 4 all“ – ab 15.6. in **Wr. Neustadt**: jeden Dienstag von 18:00 bis 19:00

„Gesundheitssport Mix“ – ab 17.6. in **Wr. Neustadt**: jeden Donnerstag von 18:00 bis 19:00

„Fit im Park“ – ab 14.6. in **Bad Erlach**: jeden Montag von 18:00 bis 19:00

„Sanftes Bewegen für ALLE“ – ab 14.6. in **Lanzenkirchen**: jeden Montag von 18:00 bis 19:00

„athletikflow am Biotop“ – ab 16.6. in **Steinabrückl**: jeden Mittwoch von 18:30 bis 19:30

„Fit durch den Sommer am Biotop“ – ab 17.6. in **Wöllersdorf**: jeden Donnerstag von 18:30 bis 19:30

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.