

Bewegung zu Hause

Training aus sportwissenschaftlicher & medizinischer Sicht inkl. praktischer Übungen

Bild: KI-generiert

kostenlos
&
barrierefrei



Tragen Sie bequeme Kleidung, wir probieren einige Übungen gleich aus!

o Wie kann Sport Erkrankungen vorbeugen?

o Was kann ich zuhause – ohne Geräte – tun?

mit OA Dr. Norbert Horak & Mag. Roland Hudetschek

Wir bitten um unverbindliche Anmeldung unter 02952/2102-291.

Mo, 23. März
17 Uhr

Dorfhaus Aspersdorf
Hauptstraße 100

Mehr Informationen in jedem Blickpunkt und auf www.hollabrunn.gv.at/CN.



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU

