



Gesundheitssport- programm Jackpot.fit in St. Radegund!

Zielgruppe

- Personen von 30–65 Jahren
- Sportneu- und Wiedereinsteiger*innen
- Ideal für Übergewichtige und Diabetes Betroffene
- 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



1. Semester
kostenlos!



Einstieg und
Schnuppertraining
jederzeit möglich!

Wir freuen uns
auf Ihre Anmeldung!

Frau Brigitte Seidl, MA
Tel.: 050 808 9516
steiermark@jackpot.fit



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

Ort	Kursstart	Wann	Wo	Verein	Trainer*innen
St. Radegund	06.02.24	Dienstag 17:00-18:00	REHA-Klinik Diepoltsberger Str. 38-40 8061 St. Radegund	Allgem. Sportverband Österreichs - Landes- verband Steiermark	Lechner Barbara
St. Radegund	07.03.24	Donnerstag 18:30-20:00	Bewegungsraum Kindergarten St. Radegund Schöcklstraße 5 8061 St. Radegund	Kneipp Aktiv Club St. Radegund	Alida Rudlof

PROJEKTRÄGER

PROJEKTPARTNER

FÖRDERGEBER