

# Gesundheitssport- programm jackpot.fit in Perchtoldsdorf

## Zielgruppe

- Personen von 30 – 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** 14. September 2023  
**Trainer\*in** Polina Morimoto

**Wann und wo?**  
SPORTUNION Perchtoldsdorf

Donnerstag, 17:30 – 18:30

Bewebungsraum des Kindergarten  
Aspettensiedlung  
Aspettenstraße 27  
2380 Perchtoldsdorf



**Wir freuen uns  
auf Ihre Anmeldung!**

Brigitte Decker BA MPH  
Tel.: +43 50808 9214  
niederosterreich@jackpot.fit



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