Bewegungskurs - Trittsicher und Aktiv

Möchten Sie im Alter beweglich und aktiv bleiben und das Sturzrisiko mit all seinen nachfolgenden Gefahren vermindern? Dann melden Sie sich zum Sturzpräventionsangebot der ÖGK in Form eines Bewegungskurses mit Karin Löberbauer (Sportwissenschaftlerin) an und nutzen Sie das gezielte Training, um Stürze zu verhindern und beweglich zu bleiben.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme und bitten um kurze Anmeldung.
Maria Kalkhofer: 0676 8260 4520
Verena Lang, BSc.: 0676 8260 4521
cn.bergheim@salzburger.hilfswerk.at

Termine	Do, 04.04.2024 Do, 11.04.2024 Do, 18.04.2024 Do, 25.04.2024 Do, 02.05.2024 Do, 16.05.2024 Do, 23.05.2024 Do, 06.06.2024 Do, 13.06.2024 Do, 20.06.2024
Zeit	14:30-15:30 Uhr
Ort	Gymnastikraum Seniorenzentrum St. Georg/Bergheim Furtmühlstraße 2 5101 Bergheim