

# Gesundheitssport- programm jackpot.fit in in Leopoldsdorf

## 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

16. Jänner 2024

## Trainer\*in

Daniela Mitterlechner



## Wann und wo?

LTV Leopoldsdorfer Turnverein

Dienstag, 16:45 - 17:45

VS Turnsaal

Hauptstraße 30, 2333 Leopoldsdorf

**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>