

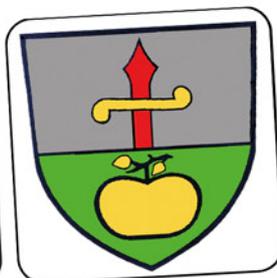
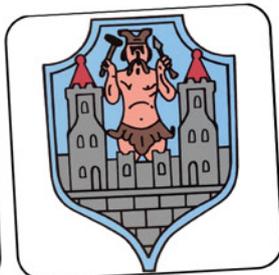
Veranstaltungen 2021



Termine:

- laufend Training für zu Hause
Videos für den Konditionsaufbau siehe www.gresten.gv.at/Bewegung
- 16.4.- 18.6. Seniorentaining m. Karoline Beck - Brainwalking
Aktiver Körper und Geist im Alltag. Jeweils am Freitag v. 16.4. - 18.6.; € 6,00 pro Person
- Mai Themenwanderung - „Ärzte stellen sich vor“ - Termin 1
„walk and talk“ mit Zahnarzt Dr. Mohammad Ibraheem
- Mai Themenwanderung - „Ärzte stellen sich vor“ - Termin 2
„walk and talk“ mit Orthopäde Dr. Dr. Mahmoud Elshamly
- 18.6. Erste Hilfe von der Wiese
Natürlich gegen Stiche und Bisse mit Anna Maria Rottermanner
- ab 3.7. Yoga im Freibad mit Birgit Wurzer BA
jeweils am Samstag im Juli (5 Termine)
- 1.7. - 30.9. NÖ Challenge - GRESTNER Bewegungschallenge
Jede Minute in Bewegung zählt. Infos dazu auf gresten.gv.at/gesunde-gemeinde





Veranstaltungen 2021



Termine - Fortsetzung

- 17.9. Räuchern mit heimischen Kräutern
mit Anna Maria Rottermanner
- Herbst Dr. Elisabeth Grissenberger - Raika Saal
Beratung für Jugendliche zur Bewältigung schwieriger Zeiten
- Oktober NÖ Challenge - Kulturschmiede
Abschlussveranstaltung
- 12.10. Prof. Dr. Helga Kromp-Kolb - Kulturschmiede
„Gesunde Menschen setzen einen gesunden Planeten voraus“ - Klimavortrag
- 6.11. Ernährung „Power Frühstück“ *nach den 4 Elementen der TCM*
mit Karin Riedl - Beginn: 08:30 Uhr
- 24.11. „Fit ein Leben lang“ - *Vortrag mit Dr. Paumann*

