



GESUNDES
GRESTEN



GESUNDES
GRESTEN-LAND



Veranstaltungen 2022

Stand: 01.04.2022



- 19.04. - Fit durch den Frühling
17.05. *mit Rücken- und Aerobictrainerin Birgit Frühwald – 5 Einheiten im Raika Saal*
- 20.04. - „Aktiver Körper und Geist im Alter“,
22.06. *Seniorentraining mit Karoline Beck; gesamt 10 Einheiten*
- 06.05. Kräuterwanderung mit Anna Rottermann
*Wanderung und anschließende Zubereitung von Häppchen,
Kräutersalz und Smoothies*
- 01.07.- Grestner Bewegungschallenge
30.09.
- 02.07. - Yoga im Voralpenbad
30.07. *mit Birgit Wurzer – 5 Einheiten*
- 04.09. Proviantwandertag im Wiesergraben
- 15.10. Tag der offenen Tür im Therapiezentrum Ne3Mo
Besichtigung der Räumlichkeiten, Kurzvorträge v. Dr. Elisabeth Grissenberger
- 19.10. Abschlussveranstaltung Bewegungschallenge
Kulturschmiede - Auszeichnungen
- Nov. ÖGK Vortrag