



**GESUNDES  
GRESTEN**

**GESUNDES  
& GRESTEN-LAND**



## Einladung

# zum „Aktivkörpertraining für Alle“

**In diesem Kurs wird mit dem eigenen Körpergewicht trainiert.  
Ziel ist es, Ausdauer und Kraft zu steigern.**



**Kursdauer:**

**Jeden Donnerstag  
von 18:00 - 19:00 Uhr,  
in der Zeit von  
15. Juni bis 31. August 2023**

**Übungsleiterin:  
Karoline Beck**

**Treffpunkt:  
Fußballplatz bei der  
Neuen Heimat**

**[www.bewegt-im-park.at](http://www.bewegt-im-park.at)**

**Eigene Matte und Trinkflasche bitte mitnehmen!**

Marktgemeinde Gresten, Badgasse 1, 3264 Gresten, Tel.: 07487/2310-0; E-Mail: [gemeinde@gresten.gv.at](mailto:gemeinde@gresten.gv.at)  
Gemeinde Gresten-Land, Friedhofgasse 4, 3264 Gresten, Tel.: 07487/2240-0, E-Mail: [gemeinde@gresten-land.gv.at](mailto:gemeinde@gresten-land.gv.at)