

Treffpunkt für Alleinerziehende und Interessierte

„Trotz Alltagsstress Zeit für Bewegung und Entspannung finden“

***Warum Sport? Und warum Sport für alle Generationen?
Sport ist ein Jungbrunnen, eine Energiequelle für den Alltag. Sportliches Training heißt Reserven anlegen für Stress, Krankheit und das Altern. Sportliches Training ist in jedem Alter wirksam und kann Zivilisationskrankheiten vorbeugen, manchmal sogar heilen. Sport ist also auch Medizin. Und Sport ist nicht zuletzt eines der letzten großen Abenteuer unserer Zeit, eines, das es täglich aufs Neue zu entdecken gilt!***

** Das neue SPORTUNION Kärnten Projekt "pim –parents in motion" parallele Bewegungsangebote für interessierte Mütter, Väter und Kids in fünf Vereinen der SPORTUNION Kärnten an. Der Gedanke dahinter: zukünftig die Wartezeit während der Trainingseinheit des Kindes auch für die eigene Gesundheit zu nutzen – zur gleichen Zeit, am selben Ort!!!*



Vortrag und Gespräch mit:

DDr. Harald Regensburger, Land-, Sport- und Betriebsarzt, Sportwissenschaftler

**Wolfgang Ruppzig,
<http://www.kunstdeslachsens.at>**



Termin: 5. Oktober 2011, 19:00 Uhr

**Ort: Sportunion Kärnten, Wilsonstraße 25,
9020 Klagenfurt**

Eintritt frei!

**Infos unter: Mag.^a Anja Kogler-Vogl (Projektkoordination), Tel.: 0676 845 558 840
Mail: a.kogler@sportunion-kaernten.at**

frauenbüro
KLAGENFURT


Katholische
Frauenbewegung


Zertifiziert nach
QVB Stufe A


KATHOLISCHES
FAMILIENWERK


Zertifiziert nach
QVB Stufe A


parents in motion
SPORTUNION
KÄRNTEN