









**Wir freuen uns auf dein Kommen und darauf, gemeinsam   
aktiv zu werden.**

**Also, „Mach dich fit - mach mit“**

Aktive Bewegung   
für Jung und Alt

**am Samstag, 04.05.2024 von 14:00 – 16:00 Uhr**

Treffpunkt: Sportmittelschule Schwanenstadt, Freizeitpark 4, 4690 Schwanenstadt

14:00 Uhr **Walken** mit Brigitte Vesely-Lang (bitte eigene Walkingstöcke mitbringen)   
 **Kinderyoga** mit Johanna Wittmann (Matten und Blöcke vorhanden)

14:30 Uhr **Gymnastik** mit Elfriede Wakolbinger  
 **Laufen** mit Johanna Wittmann

15:00 Uhr **Tanzen ab der Lebensmitte** (und jünger) mit Barbara Egger  
 **Yoga** mit Johanna Wittmann (Matten und Blöcke vorhanden)

15:30 Uhr **Walken** mit Maria Schachreiter (bitte eigene Walkingstöcke mitbringen) **Tanzen mit Kindern** mit Barbara Egger

Punkte sammeln und gewinnen!

Hol dir deinen Sammelpass vor Ort oder am Gemeindeamt und sammle bis zum Bewegungsfest am Stadtfest deine Bewegungspunkte.   
Unter allen Teilnehmern werden tolle Preise verlost.