Presseinformation

7. Januar 2004

Gesundheitsforum NÖ veranstaltet wieder Bewegungsseminar

Drei Tage Bewegung in Theorie und Praxis

Im Alpenhotel Gösing an der Mariazellerbahn findet vom 16. bis 18. Jänner unter dem Titel „Gesund & Fit – Winter special“ ein Bewegungsseminar statt, das die Fettverbrennung nach den Feiertagen wieder auf Touren bringen soll.

Veranstaltet wird das dreitägige Bewegungsseminar auch in diesem Winter vom Gesundheitsforum Niederösterreich. Das Seminar gliedert sich in einen theoretischen und in einen praktischen Teil. Im theoretischen Teil erfahren die Seminarteilnehmer mehr über gesunde Bewegung, Ernährung und ihr individuelles Trainingsprogramm. Im Mittelpunkt des praktischen Teils stehen Schilanglauf und Schneeschuhwandern. Geleitet wird das Seminar von den Sportpädagogen Dr. Hannes Pratscher und Mag. Richard Hailzl.

Die Teilnahme am Seminar kostet inklusive Vollpension im Doppelzimmer 225 Euro pro Person, im Einzelzimmer 230 Euro. Für Einwohner „Gesunder Gemeinden“ gibt es Vergünstigungen.

Nähere Auskünfte zum Seminar erteilt Ing. Petra Gajar vom Gesundheitsforum NÖ unter der Telefonnummer 02742/214 50-20 bzw. per e-mail p.gajar@gfnoe.at. Anmeldungen sind über www.gesundheitsforum.at möglich. Anmeldeschluss ist am 7. Jänner 2004.

E-Mail: presse@noel.gv.at