Presseinformation

15. Januar 2003

„Gesund & Fit – Winter special“

Bewegungsseminar des Gesundheitsforums NÖ in Gösing

Das Gesundheitsforum NÖ bietet wieder unter dem Titel „Gesund & Fit – Winter special“ ein dreitägiges Wochenend-Bewegungsseminar an, bei der die Fettverbrennung nach den üppigen Festtagen wieder auf Touren gebracht werden soll. Heuer findet das Seminar von Freitag, 17., bis Sonntag, 19. Jänner, im Alpenhotel Gösing in Gösing an der Mariazellerbahn statt.

Im Mittelpunkt des praktischen Teils stehen Schilanglauf und Schneeschuhwandern, im theoretischen Teil erfahren die Seminarteilnehmer mehr über Bewegung, gesunde Ernährung und ihr individuelles Trainingsprogramm. Geleitet wird das „Gesund & Fit – Winter special“ von den beiden bekannten Sportpädagogen Dr. Hannes Pratscher und Mag. Richard Hailzl.

Nähere Informationen beim Gesundheitsforum NÖ unter der Telefonnummer 02742/21450-20, Ing. Petra Gajar, per e-mail unter p.gajar@gfnoe.at bzw. im Internet unter www.gesundheitsforum.at.

E-Mail: presse@noel.gv.at