

St. Pölten, 24. Mai 2019
Dion/ÖA

NÖGKK macht fit mit „Bewegt im Park“

Kostenloses Fitness-Programm bringt Bewegung in den Sommer

Egal ob Functional Training, Rückenfit oder Zumba: Hier ist wirklich für alle etwas dabei. Die Initiative „Bewegt im Park“ lockt auch 2019 wieder zur gemeinsamen Bewegung in österreichische Parks und auf öffentliche Plätze. Das vielfältige Kursprogramm läuft von Juni bis September und bietet kostenlose Sporteinheiten für jedes Alters- und Fitnesslevel.

In Niederösterreich werden in dieser Saison 74 verschiedene Kurse angeboten, die jederzeit spontan und ohne Anmeldung besucht werden können. Die Einheiten finden im Wochenzyklus immer am selben Tag und zur selben Zeit statt. Obendrauf gibt es wertvolle Tipps der erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleiter für einen gesunden, fitten Alltag.

Dass das Projekt damit einen Erfolgskurs einschlägt, zeigt sich auch in der Zufriedenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer: 99 Prozent bewerteten das Programm 2018 mit der Schulnote „sehr gut“. Derart positives Feedback macht die Fortführung leicht: Der Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, das Sportministerium und die involvierten Sportverbände sicherten 2019 die Finanzierung des Projekts für vier weitere Jahre.

„Bewegt im Park“ ist eine Initiative des Hauptverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger und des Bundesministeriums für öffentlichen Dienst und Sport in Kooperation mit der NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) sowie ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION. Die Teilnahme an den Kursen ist kostenlos. Alle Informationen zum Programm und den Standorten gibt es unter www.bewegt-im-park.at.