



BEWEGT IM PARK – das kostenlose Bewegungsangebot in deiner Stadt/Gemeinde

Was ist BEWEGT IM PARK?

BEWEGT IM PARK bietet dir ein vielfältiges Bewegungsprogramm im öffentlichen Raum – kostenlos und unverbindlich! Das vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger und vom Sportministerium finanzierte Projekt, bietet allen Menschen die Möglichkeit sich in den Sommermonaten – von Juni bis September - kostenfrei und an der frischen Luft zu bewegen.

Wie kann ich an den Kursen teilnehmen?

Die Teilnahme ist kostenlos und erfolgt ohne Anmeldung. Die Bewegungseinheiten sind für alle Leute von jung bis alt geeignet. Jede/r kann einen der angebotenen Kurse gemeinsam mit Freunden oder alleine besuchen und dabei auch neue Leute kennenlernen.

Wie finde ich den passenden Kurs?

Alle Informationen zu den angebotenen Kursen in deiner Stadt findest du auf www.bewegt-im-park.at! Hier kannst du einfach nachschauen, welche Kurse wann und wo stattfinden sowie welche/r Trainer/in diesen Kurs anleitet. Lass dich von erfahrenen KursleiterInnen motivieren und dir Tipps geben, um fit und gesund zu bleiben. Das Kursprogramm wird von den Sportvereinen ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION gestaltet und findet in Kooperation mit den Gebietskrankenkassen und Städten/Gemeinden statt.

Wo bewegt man sich?

Alle Kurse finden in öffentlichen Parks oder anderen freien Flächen in ganz Österreich statt.

Wann bewegt man sich?

Das Projekt BEWEGT IM PARK findet in den Sommermonaten (Juni bis September) statt. Jeder Kurs findet immer am gleichen Wochentag zur gleichen Uhrzeit und bei jedem Wetter statt.

Die Vorteile im Überblick:

- Wöchentliche Termine
- Für alle Menschen von jung bis alt
- Mit erfahrenen KursleiterInnen
- Kostenlose Teilnahme
- Ohne Anmeldung
- Bei jedem Wetter
- Du musst nicht sportlich sein

Wir freuen uns, dich schon bald bei einer unserer kostenlosen Bewegungseinheiten begrüßen zu dürfen! Sei dabei – sei BEWEGT IM PARK!