Österreichische Gesundheitskasse

Trittsicher & aktiv
Kursreihe zur Sturzprävention

Gewinnen Sie mehr Lebensqualität und Sicherheit durch diesen kostenlosen Kurs!

Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen stehen im Mittelpunkt der Kursreihe zur Sturzprävention. Stärken Sie Ihre Muskeln gezielt und verbessern Sie Ihre Selbsteinschätzung. Der Kurs ist für selbstständig lebende Personen ab 65 Jahren.

Kursdauer: 10 Wochen (bis 10. Dezember 2025 | 3 x Doppeleinheiten
Gruppengröße: 8 bis 10 Personen

Kursstart:
Datum: 15.10.2025, 11:00-12:40 Uhr
Ort: Marktgemeinde Deutschfeistritz, Grazerstraße 1, 8121-Deutschfeistritz

Kontakt und Anmeldung:
Marktgemeinde Deutschfeistritz | 03127 41 355-0
gde@deutschfeistritz.gv.at

Trittsicher & aktiv wird finanziert und gefördert von:
Österreichische Gesundheitskasse · bvaeb · SVS Gemeinsam gesünder. · VORSORGEMITTEL DER BUNDESGESUNDHEITSAGENTUR

Umgesetzt durch:
Styria vitalis

1_15_Stmk_CB_12.03.2025