

„Bewegt im Park“ macht Kärnten fit

Kostenloses Sommer-Sportprogramm der ÖGK

Die Initiative „Bewegt im Park“ lockt auch heuer wieder zur gemeinsamen Bewegung in Parks sowie auf öffentliche Plätze und zwar verteilt in ganz Kärnten. Das vielfältige Kursprogramm läuft von Ende Juni bis Mitte September und bietet kostenlose Sporteinheiten (mit genügend Abstand) für jedes Alters- und Fitnesslevel.

Ob Yoga, Volleyball oder Outdoor Fitness – bei den Kursen von „Bewegt im Park“ ist für jeden etwas dabei. Die Kurse können jederzeit spontan und ohne Anmeldung besucht werden. Obendrauf gibt es wertvolle Tipps der erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleiter für einen gesunden Alltag. Alle Kärntnerinnen und Kärntner - ob sportlich oder nicht - erhalten die Chance, ohne Vorkenntnisse und Anmeldung einfach zu den einstündigen Kursen zu kommen und mitzumachen um gesund und fit zu bleiben. Bei den Kursen wird natürlich auf alle zum jeweiligen Zeitpunkt aktuellen Corona-Regelungen geachtet.

Österreichweite Erfolgsgeschichte mit starken Partnern

„Bewegt im Park“ ist eine österreichweite Initiative der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK), des Dachverbands der österreichischen Sozialversicherungsträger, des Sportministeriums und der Sportverbände ASKÖ, ASVÖ und Sportunion. Seit mittlerweile vier Jahren nutzen immer mehr Sportbegeisterte das bunte Programm. Die Kursanzahl wurde aufgrund des tollen Feedbacks seit 2016 vervierfacht. Umfragen haben gezeigt, dass 99 % der Kurse mit „Sehr gut“ bewertet werden – eine überaus hohe Zufriedenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit dem Projekt. In Kärnten werden daher 47 Kurse in 16 Gemeinden angeboten, so viele wie noch nie.

Wer seinen Spaß an Bewegung an der frischen Luft, gemeinsam mit anderen, neu oder wieder entdecken möchte, kann die Kurstermine und nähere Informationen unter www.bewegt-im-park.at abrufen.

Rückfragehinweis:

Öffentlichkeitsarbeit – Landesstelle Kärnten
Mag. Marco Streppl, MPH
Kempferstraße 8, 9021 Klagenfurt am Wörthersee
Tel.: +43 5 0766-162120 oder -162035, Mobil: +43 664 / 84 14 790
Mail: oeffentlichkeitsarbeit-16@oegk.at
www.gesundheitskasse.at