



GESUNDES
GRESTEN

| & GESUNDES
GRESTEN-LAND



JAHRESPROGRAMM 2023

- **„Bewegt im Park“**
ab 15. Juni bis 31. August, immer donnerstags um 18:00 Uhr
mit Karoline Beck beim Sportplatz der Neuen Heimat
- **Jugend & Sucht - Suchtprävention!**
Donnerstag, 01. Juni 2023, um 17:30 Uhr
mit Tamara Thron, im Ne³MO - Raikagebäude
- **Yoga im Freibad**
Samstag, 01. und 08. Juli 2023, um 10:15 Uhr
mit Birgit Wurzer im Freibad Gresten
- **Grestner Bewegungschallenge**
01. Juli - 30. September 2023
mit der Spusu-App Bewegungsminuten sammeln
- **Walderlebnistag für Kräuterdetektive**
Mittwoch, 26. Juli 2023, 08:00 - 13:00 Uhr
mit Heidi Scharner und Anna Rottermann im „Oberhaus“



GESUNDES
GRESTEN

| & GESUNDES
GRESTEN-LAND



JAHRESPROGRAMM

2023

- **19. Proviantwandertag**
Sonntag, 03. September 2023
Wanderroute am Mitterberg
- **Abschlussveranstaltung Bewegungschallenge**
Mittwoch, 11. Oktober 2023, 17:30 Uhr in der Kulturschmiede
- **Partnerschaft & Elternschaft**
Dienstag, 07. November 2023, um 17:30 Uhr
mit Mag. Romana Marksteiner im Ne³MO - Raikagebäude
- **„Stress lass nach“**
Mittwoch, 08. November 2023, um 19:00 Uhr
Vortrag mit Gesundheitspädagogin Mag. Sabine Schuster
in der Kulturschmiede Gresten