



BEWEGUNG MACHT FREUDE UND TUT GUT - IM FREIEN ERST RECHT.

Das können Sie in den vielen Bewegungs-
parcours erleben, die es im ganzen
Landkreis gibt.



Sie befinden sich an den schönsten
Flecken und sind quasi kostenlose
Fitness-Studios für Jung & Alt.

An innovativen Geräten können Sie Kraft,
Beweglichkeit, Gleichgewicht und
Ausdauer trainieren - hangeln, kraxeln,
balancieren und Neues ausprobieren.

Die Stationen sind selbsterklärend und
gut beschildert. Und doch macht es noch
mehr Spaß, wenn man weiß, wie
abwechslungsreich man die Geräte nutzen
kann.



In **kostenlosen** Einweisungstrainings für
Laien und Profis jeglichen Alters erfahren
Sie, wie Sie gezielt nach Ihren eigenen
Bedürfnissen trainieren und Ihr
Übungsrepertoire erweitern können.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.



**MEHR RAUM
UND ZEIT.**

KOSTENLOSE EINFÜHRUNGSTRAININGS



BEWEGUNGS-PARCOURS- TOUR

im Landkreis Freyung-Grafenau 2022



TRAININGSTERMINE IM LANDKREIS FREYUNG-GRAFENAU 2022

Bewegungsparcour in Schönbrunn am Lusen

Schönbrunn am Lusen 357
Freitag, 08. Juli 2022 um 15 Uhr

Bewegungsparcour in Schönberg

Herzog-Albrecht-Straße,
Reinsberger Park
Montag, 18. Juli 2022 um 9 Uhr

Bewegungsparcour in St. Oswald

Am Badeweiher
Mittwoch, 13. Juli 2022 um 9 Uhr

Bewegungsparcour in Zenting

Am Sportplatz
Montag, 18. Juli 2022 um 14 Uhr

Bewegungsparcour in Riedlhütte

Am Schmelzerweg
Montag, 11. Juli 2022 um 17 Uhr

Bewegungsparcour in Röhrnbach

Freizeitgelände
Freitag, 22. Juli 2022 um 15 Uhr

Bewegungsparcour in Waldkirchen

Kurpark Erlauzwieseler See
Donnerstag, 14. Juli 2022 um 18 Uhr

Kostenlose Anmeldung unter:

Telefon: 08551/57-4956
Email: gesundheitsregionplus@landkreis-frg.de



Das Angebot ist kostenlos.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Die Anmeldefrist ist eine Woche vorher.

Die Trainings finden nur bei trockenem Wetter statt.