



Los geht's, jeder Schritt tut gut!

# “OutdoorFitness on the Glan”

## TREFFPUNKT

KOMM Berger-Sandhofer-Siedlung  
Kendlerstr. 35, 5020 Salzburg

**Mittwoch 17.30 - 18.30**

**TERMINE: 06.09. / 13.09. / 20.09. / 27.09. / 04.10. /  
11.10. / 18.10. / 25.10. / 08.11. & 15.11. 2017**

Das Training ist eine Kombination aus Gehen, Laufen, und  
gezielten Kräftigungs-, Mobilisations- und  
Koordinationsübungen.

Im Vordergrund steht der **Spaß an der Bewegung in der Natur.**

**Teilnahme ist kostenlos!**

[www.bewegungmaxglan.at](http://www.bewegungmaxglan.at)

Information & Anmeldung: ASKÖ Landesverband Salzburg  
Mag. Michael Schweigerer | Tel 0662 871623 | [schweigerer@askoe-salzburg.at](mailto:schweigerer@askoe-salzburg.at)