

EINLADUNG zum Vortrag

„Bewegung ist Leben“ mit Anja Oyrer

Meine Alltagsgesundheit

- * Wie viel Bewegung wird bei Jung & Alt empfohlen?
- * Was passiert bei Bewegungsmangel?
- * Wie beeinflusst Sport und Bewegung das Gehirn?
- * Was können wir dabei von Spitzensportlern lernen?
- * Tipps und Tricks wie man Bewegungen im (Arbeits-) Alltag integrieren kann



Wann: Mittwoch, 25. Sept. 2024 um 19:00 Uhr

Wo: Pfarrsaal Rohrbach, Pfarrgasse 8

Vortragende: Anja Oyrer, Sportphysiotherapeutin

Eintritt: Freiwillige Spenden!

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Union Rohrbach-Berg.