



SOMMERPROGRAMM FÜR DEINE GESUNDHEIT



Gesundheitsregion Grimmingland
Aigen. Irdning-Donnersbachtal. Stainach-Pürgg. Wörschach.

MAI 2024

DATUM ZEIT	KURS KONTAKT KOSTEN P. P.	TREFFPUNKT
FR, 17.05.: 14:00 - 15:50	Golf Einstiegskurs - In Schwung bleiben mit Gregor Kotnik 0664 39 12 407 € 50,--	Driving Range IMLAUER Hotel Schloss Pichlarn Zur Linde 1, 8943 Aigen
FR, 17.05.: 14:00 - 15:50	Golf Trainingskurs - Handicap verbessern für Golfer mit Gregor Kotnik 0664 39 12 407 € 60,--	Driving Range IMLAUER Hotel Schloss Pichlarn Zur Linde 1, 8943 Aigen
SA, 18.05.: 09:30 - 12:00	Bauernhof erleben für Groß & Klein mit Roswitha Marold 0650 27 20 666	Plankhof Ketten 7, 8943 Aigen
SA, 18.05.: 16:00 - 17:00	Lauftraining & anschließend Fitness Level Check mit Nebosja Dukic 0660 56 86 244 (pro Check € 175,--)	Sportplatz Irdning
SO, 19.05.: 10:00 - 15:00	Resilienz & mentale Fitness in der Natur genießen mit Dr. Gundl Kutschera 0676 41 44 288	Wörschach Klamm, beim Kassahäuschen
SO, 19.05.: 16:00 - 17:00	Lauftraining & anschließend Fitness Level Check mit Nebosja Dukic 0660 56 86 244 (pro Check € 175,--)	Sportplatz Irdning
DO, 23.05.: 18:00 - 19:00	Vortrag: Bewegung - Investment in Gesundheit & Mobilität mit Nebosja Dukic 0660 56 86 244	Schloss Trautenfels, Seminarraum, Trautenfels 1, 8951 Pürgg
FR, 31.05.: 09:30 - 12:00	Bauernhof erleben für Groß & Klein mit Roswitha Marold 0650 27 20 666	Plankhof Ketten 7, 8943 Aigen
FR, 31.05.: 14:00 - 15:50	Golf Einstiegskurs - In Schwung bleiben mit Gregor Kotnik 0664 39 12 407 € 50,--	Driving Range IMLAUER Hotel Schloss Pichlarn Zur Linde 1, 8943 Aigen
FR, 31.05.: 14:00 - 15:50	Golf Trainingskurs - Handicap verbessern für Golfer mit Gregor Kotnik 0664 39 12 407 € 60,--	Driving Range IMLAUER Hotel Schloss Pichlarn Zur Linde 1, 8943 Aigen
Täglich: 07:00 - 10:30	Morgenwanderung & Frühstück € 16,00 / € 9,90 für Kinder bis 15 Jahre	JUFA Hotel Planneralm***
Täglich: 07:00 - 10:30	Morgenwanderung & Frühstück € 16,00 / € 9,90 für Kinder bis 15 Jahre	JUFA Hotel Donnersbachwald***
Täglich: 08:00 - 22:00	JUFA Funcourt	JUFA Hotel Planneralm***
Täglich, auf Anfrage: 9:00 - 18:00	Personal YOGA-Stunde mit Magdalena Weinzerl € 90,--	IMLAUER Hotel Schloss Pichlarn Zur Linde 1, 8943 Aigen
Täglich auf, Anfrage: 9:00 - 18:00	Ayurvedische Massagen und Day SPA ab € 55,-- ab € 39,--	IMLAUER Hotel Schloss Pichlarn Zur Linde 1, 8943 Aigen

Scanne die QR-Codes für
Anmeldung und Details



Sommerprogramm
Übersicht A-Z



Wochenprogramm
Anmeldung
Schladming-Dachstein



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

