

Trittsicher & aktiv

Kursreihe zur Sturzprävention



Gewinnen Sie mehr Lebensqualität und Sicherheit durch diesen kostenlosen Kurs!

Angebot für ältere Menschen in der Gemeinde Keutschach am See

Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen stehen im Mittelpunkt der Kursreihe zur Sturzprävention. Stärken Sie Ihre Muskeln gezielt und verbessern Sie Ihre Selbsteinschätzung. Der Kurs ist für selbstständig lebende Personen ab 65 Jahren.

Kursdauer: 12 Wochen (einmal wöchentlich 50 Minuten)

Gruppengröße: 8 bis 10 Personen

Kursstart:

Datum: Donnerstag, 25. September 2025 um 10.00 Uhr

Ort: Schlossstadel Keutschach, Keutschach 1, 9074 Keutschach

Kontakt und Anmeldung:

Gemeinde Keutschach am See, Frau Christina Rom

Telefon: 04273/ 22 91-12 **E-Mail:** christina.rom@ktn.gde.at **Internet:** www.keutschach.gv.at

Nutzen Sie das **kostenlose** Angebot der Sozialversicherungsträger ÖGK, BVAEB und SVS,
das von der Gemeinde Keutschach am See umgesetzt wird!

Trittsicher & aktiv wird finanziert und gefördert von: