

## „Bewegt im Park“ mit der ÖGK Österreichische Gesundheitskasse lockt mit 107 kostenfreien Sportkursen in niederösterreichische Parks

Von Beachvolleyball über Line Dance bis zu Rücken fit reicht die Auswahl der kostenfreien Sportkurse, die von Mitte Juni bis September 2023 in Niederösterreich angeboten werden. Das erfolgreiche Programm „Bewegt im Park“ startet heuer schon in die achte Saison. Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) möchte auch dieses Jahr wieder viele Bewegungshungrige zu sportlicher Betätigung motivieren.

### **Sommer-Sonne-Ferienlaune garantiert**

Wer mitmacht wird mit Sommer-Sonne-Ferienlaune und einem besseren Körpergefühl im Alltag belohnt. Das breite Programm ist für alle Altersstufen und Fitnesslevels geeignet – gratis und ohne Anmeldung. Dabei ist zwischen den frühen Morgenstunden und Einheiten am Abend sicher für jeden Terminkalender einmal etwas dabei – auf dem Weg zur Arbeit, als willkommene Abwechslung am Nachmittag oder abends als Ausgleich zum Alltag.

Für die richtige Motivation sorgen auch heuer wieder zahlreiche professionelle Trainerinnen und Trainer der Sportdachverbände SPORTUNION, ASKÖ und ASVÖ und geben Tipps, um gesund und fit zu bleiben. Durch die Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Behindertensportverband und Special Olympics Österreich steht auch für Menschen mit Beeinträchtigungen ein vielfältiges Angebot in Form von Inklusionskursen zur Verfügung.

„Bewegt im Park“ findet nicht nur in Niederösterreich, sondern in ganz Österreich statt. Die Kooperation der ÖGK mit dem organisierten Sport ist zweifelsohne ein Erfolgsmodell. Finanziert wird die Initiative vom Dachverband der Sozialversicherungsträger und dem Sportministerium.

„Bewegt im Park“ bietet die hervorragende Gelegenheit, etwas für die eigene Gesundheit zu tun – noch dazu völlig kostenlos, gleich ums Eck und ohne Anmeldestress! Ein vielfältiges Fitnessprogramm an der frischen Luft lädt zum Mitmachen ein – hier ist sicher für jede und jeden etwas dabei!“, appellieren die beiden Vorsitzenden des Landesstellenausschusses der ÖGK in Niederösterreich, KR Ing. Norbert Fidler und Robert Leitner, die tollen Sportangebote auszuprobieren.

„Das kostenlose Angebot ‚Bewegt im Park‘ bietet jedem die Möglichkeit, über den Sommer fit zu bleiben. Für die Teilnahme ist keine Anmeldung notwendig“, unterstreicht Uta Stickler vom ASKÖ

2. Juni 2023

# Presseaussendung



NÖ. Auch Sonja Gschar vom ASVÖ NÖ ist überzeugt von diesem Angebot: „Bewegt im Park‘ ist eine hervorragende Gelegenheit, sich regelmäßig in der frischen Luft zu bewegen, neue Sportarten kennen zu lernen und auch noch soziale Kontakte zu knüpfen.“

Anna Hauer von der SPORTUNION NÖ sieht auch Positives für die Landessportverbände: „Immer mehr SPORTUNION Vereine nehmen bei ‚Bewegt im Park‘ die Chance wahr, mit kostenlosen und unverbindlichen Angeboten mehr Menschen für Bewegung und Sport im Verein zu begeistern.“

Unter <https://www.bewegt-im-park.at/bundesland/niederoesterreich/> gibt es detaillierte Informationen zum gesamten Programm. Hier kann ganz bequem die jeweilige Stadt bzw. Gemeinde ausgewählt werden und sofort werden die passenden Bewegungsangebote gezeigt.

## **Auf einen Blick:**

- 107 Sportkurse in Niederösterreich, 714 Kurse österreichweit
- Kostenlose Teilnahme ohne Anmeldung
- Wöchentlich fixe Termine (außer Feiertage)
- Bei jedem Wetter
- Für jedes Fitnesslevel geeignet
- Für alle Menschen von jung bis alt
- Mit erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleitern

## **Rückfragehinweis:**

Österreichische Gesundheitskasse  
presse@oegk.at  
www.gesundheitskasse.at