

Gemeinsame Veranstaltung von
Selbsthilfe Darmkrebs 🍷 Myelom- und Lymphomhilfe 🍷 PSO Austria

Wir laden ein zum

Walken im Grünen

Bewegung ist wichtig, fördert Gesundheit und gute Laune. In diesem Sinne möchten wir Sie zum Nordic Walken bewegen. Wir bringen Stöcke mit, haben eine Trainerin gebeten, mitzukommen. Wer nicht walken möchte, spaziert mit uns. Der grüne Prater ist ideales Übungsgelände.

Frau Mag. pharm. Karin Simonitsch

von der Marien-Apotheke in Wien hatte die Idee. Ihr Kollege

Herr Mag. pharm. Felix Fleissner

wird uns unterstützen.

Den richtigen Bewegungsablauf lernen wir von der ausgebildeten Trainerin

Frau Dr. Jacqueline Franz

Unser Ziel ist das Lusthaus. Dort wartet zur Belohnung eine Jause.



Bei Regen treffen wir einander um 15 Uhr im Lusthaus zum Tratschen und Jausnen.



Samstag, 13. Mai 2023, 13 Uhr

Treffpunkt: Stadionbad-Parkplatz, 1020 Wien, Meiereistraße 7

Erreichbarkeit öffentlich: Bus 77A (ab U3 Rennweg bzw. Schlachthausgasse)

Auto: Parken 2,5 Stunden gratis, danach € 0,60 pro 30 Minuten (13 bis 18 Uhr = € 3,-)

Wir freuen uns auf Sie/Euch!

Wuff! Hunde sind ausdrücklich willkommen!

ANMELDUNG unbedingt erforderlich (damit wir genug Stöcke mithaben)

bitte bis Montag, 8. Mai 2023

Helga Thurnher, T: 0676 934 07 46 / info@selbsthilfe-darmkrebs.at

Friedrich Fochler, T: 0664 731 11 991 / friedrich.fochler@psoriasis-hilfe.at

Elfi Jirsa, T: 0664 385 41 61 / elfi.jirsa@myelom-lymphom.at