



## Tag der Bewegung in St. Bartholomä

Der Aktionstag am 22. 4. 2007 in St. Bartholomä im Rahmen des Projekts „Bewegte Steiermark“ war ein voller Erfolg. Rund 180 Personen nutzen die Möglichkeit, die Bewegungsvielfalt von Unionsportverein, Gesunder Gemeinde, HRC Jaritzberg und der Ilse Puck von St. Bartholomä, Anna Kogler“ live und aktiv mitzuerleben.

Schon am frühen Morgen starteten die TeilnehmerInnen entweder mit Familienradfahren oder Nordic Walken den Tag der Bewegung.

Ein Sommerbiathlon mit 2x Laufen und dazwischen Luftdruckgewehrschießen war bestens organisiert von Christian Kogler und seinem Team und stellte für jeden eine spannende Herausforderung dar.



Die bewährten Fitness-Checks mit Koordinations-, Reaktions-, Ausdauer- und Fettmessung mit abschließender Bewegungsberatung durch das Team der Bewegten Steiermark waren eine gute Möglichkeit, seinen Körper wieder einmal auf Altersgemäßheit zu überprüfen.



Anna Kogler zeigte mit ihren 2 Damengruppen in mehreren schwungvollen Darbietungen, wie lustig und lebensfreudig Bewegung sein kann. Sie schaffte es auch mit ihrer begeisterungsfähigen Art, fast alle Anwesenden zu einer ¼-stündigen „Mach mit-Bewegungseinheit“ zu animieren.



Auch die geistige Beweglichkeit war an diesem Tag in der Millionenshow gefordert. Der HRC Jaritzberg sorgte für ein gesundes leibliches Wohl mit Kaiserschmarren, Dinkelnudel, Gemüsespaghetti und Natursäften. Im Rahmen dieses Aktionstages wurden dem Bürgermeister Josef Birnstingl, der Vertreterin der Gesunden Gemeinde Elisabeth Kulhanek und dem Obmann des Unionsportvereins Peter Gogg die Kooperationsvereinbarungen für das Projekt „Bewegte Steiermark“ verliehen.

