



Jeder ist willkommen!

Kraft - Bewegung - Energie Programme 2018

WillFit Turnen:

Von 8.1.2018 bis 14.5.2018	Jeden Montag in der Hauptschule Eberndorf, Frauen & Männer	von 17.00 - 18.00 Uhr
Von 8.1.2018 bis 21.3.2018	Jeden Mittwoch in der Hauptschule Kühnsdorf, Frauen & Männer	von 19.00 - 20.15 Uhr
Von 8.1.2018 bis 23.3.2018	Jeden Freitag in der Volksschule St.Kanzian, Frauen & Männer	von 16.30 - 17.30 Uhr

WillFit Langsamlauftreff:

Von 19.2.2018 bis 19.11.2018	Jeden Montag, Treffpunkt: Volksschule St.Kanzian	von 18.30 - 19.30 Uhr
------------------------------	--	-----------------------

Lauftreff nach der WillFit- Methode. „Ganz-Ganz-Langsam laufen“ mit Integration von Mental Training während der Durchführung von körperbezogenen Übungen.

WillFit Kinder- und Jugendlaunftreff:

Von 6 bis 9 Jahre und von 10 bis 16 Jahre		
Von 2.7.2018 bis 13.8.2018	Jeden Montag, Treffpunkt Volksschule St.Kanzian	von 16.30 - 17.15 Uhr und von 17.15 - 18.15 Uhr

WillFit Nordic Walking:

Von 22.2.2018 bis 22.11.2018	Jeden Donnerstag, Treffpunkt: Volksschule St.Kanzian	von 18.30 - 20.00 Uhr
Von 3.4.2018 bis 18.9.2018	Jeden Dienstag, Treffpunkt: Gemeinde Ruden	von 18.30 - 20.00 Uhr

WillFit Reisen:

- Von 19.4.2018 bis 22.4.2018, WillFit Reise nach Umag
- Am 26.5.2018, WillFit Tagesfahrt nach Trieste - Duino
- Von 20.9.2018 bis 23.9.2018, WillFit Reise (Genauere Infos folgen noch)
- Am 1.12.2018, Weihnachtsfahrt (Genauere Infos folgen noch)

WillFit Wandertag:

Am 26. Oktober 2018 findet wieder der „WillFit“ Wandertag in Diex statt! Beginn: 9.00 Uhr

*Wer im Training gewinnt, wird im Alltag siegen (W.P.)
Vom Wollen und Warten zu erkennen und starten (W.P.)*