



GEMEINDE GABERSDORF
MARKTGEMEINDE SCHWARZAUAL



GESUNDHEITSTAG 2025 SAMSTAG, 24. MAI SPORTKULTURHAUS GABERSDORF

Erleben Sie einen Tag voller Gesundheit, Bewegung und Wohlbefinden! Unser Gesundheitstag 2025 bietet Ihnen spannende Vorträge, interaktive Workshops und zahlreiche Mitmach-Aktionen rund um die Themen Ernährung, Fitness und mentale Gesundheit.



Kommen Sie vorbei und tun Sie etwas Gutes für Ihre Gesundheit.

Wir freuen uns auf Sie!

Freuen Sie sich auf:

- ✓ Expertenvorträge zu aktuellen Gesundheitsthemen
- ✓ Informationen zu Fitness- und Entspannung
- ✓ Gesunde Snacks & Ernährungstipps
- ✓ Gewinnspiele und tolle Überraschungen





GEMEINDE GABERSDORF
MARKTGEMEINDE SCHWARZAUTAL



PROGRAMM

09:30 Uhr Einlass

10:00 Uhr **ERÖFFNUNG**

10:15 Uhr Vortrag Mag. Kathrin Manninger von Styria Vitalis

„Klima und Gesundheit“

11:00 Uhr Vortrag Dr. Horst Grubelnik

“Das Kreuz mit dem Kreuz-Probleme mit der Wirbelsäule”

12:00 Uhr - 12:45 Uhr **Pause - Freier Besuch der Stationen**

12:45 Uhr Vortrag DGKP Dipl. Ernährungstrainerin Brigitte Kürschner
Histaminintoleranz

13:30 Uhr Vortrag Claudia Reich-Safran BGM Pura Austria GmbH
“Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz”

14:15 Uhr Vortrag Michaela Graupner t-base Konditionsschule
“let´s talk about fitness - Trainerin klärt auf”

15:00 Uhr **ENDE - Freier Besuch der Stationen**

in den Stationen können Sie Sachen ausprobieren, neues Kennenlernen und Aktiv werden!



**Ihr Wohl
liegt uns
am Herzen!**



PARTNER

Für gesunde Köstlichkeiten ist gesorgt

**EINTRITT
FREI**