

## Spaß beim Schwimmen

Der Schwimmkurs im Naturerlebnisbad Gallspach wurde auch heuer wieder von der Gesunden Gemeinde angeboten. Eine Woche lang täglich 50 Minuten pro Tag waren 19 Kinder im Alter zwischen 5 und 12 Jahren beim Schwimmunterricht dabei. Schwimmlehrer Sedin Basic bemühte sich den teilnehmenden Kindern das Schwimmen beizubringen. Ihnen wurde die Scheu vom Wasser genommen und erste Tempos gelangen bereits. Der Spaß mit dem Element Wasser stand natürlich im Vordergrund. Zum Schluss trauten sich die Kinder auch schon vom Beckenrand bzw. vom Federbrett in das Wasser zu springen.

Zum Abschluss bekamen die Kinder für ihre großartige Leistung von Bürgermeister Dieter Lang eine Urkunde überreicht und Frau Raphaela Schönbauer von der Sparkasse Gallspach sponserte noch ein Eis vom Badbuffet „Mambo“.



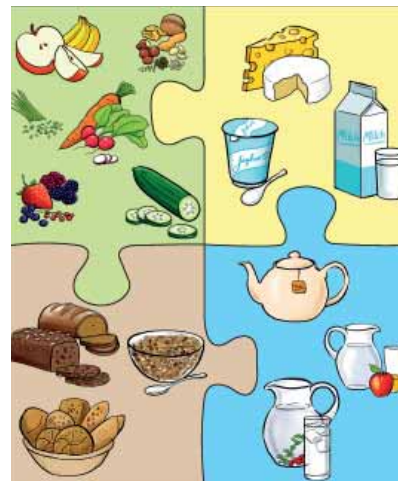
## Yoga

Auch heuer wurde der Yogakurs wieder von der Gesunden Gemeinde angeboten. An der hohen Teilnehmeranzahl sah man einmal mehr, dass sich immer mehr Menschen etwas Gutes tun möchten. Die Teilnehmer konnten die ruhigen Abendstunden am Wasser genießen und lauschten den Klängen der Natur.



## Sternwanderung

Termin: 02. Oktober 2022 um 14:00 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz Naturerlebnisbad Gallspach. Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt! Es werden verschiedene Wanderungen angeboten, die jeweils in ca. 2 Stunden zu erwandern sind. Weitere Informationen folgen noch.



Die Vormittagsjause abwechslungsreich, schmackhaft und gesund zuzubereiten, kann eine Herausforderung sein. Mit unserem Jausenpuzzle haben Sie die wichtigsten Bausteine einer gesunden Jause auf einen Blick zusammengefasst.

DI Dr. Peter Rohmoser, Arbeitskreisleiter Gesunde Gemeinde  
**Kontakt:** Simone Schürz, 07248 62355-11