

## Ihre Vorteile beim Start:



### Die Teilnahme an unserem Kurs ist für Sie kostenlos!

- Sie erhalten unser Starterpaket für das ideale Training zu Hause.
- Sie steigern Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensqualität – mehr Bewegung hilft Ihnen, Lebensfreude zu schöpfen und neue Energie zu tanken.

## Vorteile für die Ausdauernden nach sechs absolvierten Einheiten:

- Ein Bonus von Euro 20,- für Ihre aktive Teilnahme an einem Bewegungsprogramm der Partnervereine in Ihrem Ort\* (gültig für das Herbst-/Wintersemester 2017).

\* Keine Barablöse möglich.

Melden Sie sich bitte direkt bei Ihrem LeBe-Partnerverein an (siehe Karte bzw. Liste innen).

Vor Kursbeginn empfehlen wir Ihnen die kostenlose Vorsorgeuntersuchung!



# LeBe

Lebensqualität erhalten –  
Bewegung erfahren.



Infos unter:  
ORF-Teletext S.660  
[www.sportlandnoe.at](http://www.sportlandnoe.at)  
oder bei ihrem  
LeBe-Sportverein

SPORT.LAND.

Jetzt  
anmelden!  
[www.sportlandnoe.at](http://www.sportlandnoe.at)



[www.sportlandnoe.at](http://www.sportlandnoe.at)

# LeBe

Lebensqualität erhalten –  
Bewegung erfahren.

Der sportliche (Wieder-)Einstieg für Senioren.



Mit freundlicher Unterstützung von





„Es ist nie zu spät, mit Bewegung anzufangen.“

*P. Bohuslav*

Dr. Petra Bohuslav  
Sportlandesrätin



„Bewegung ist der Motor unseres Lebens!“

*Ingrid Turkovic-Wendl*

Ingrid Turkovic-Wendl  
Europameisterin  
im Eiskunstlauf

## Ihre **LEBE**-Partner in ganz Niederösterreich

### Unser Angebot für Sie:

- Ab Ende Februar bieten wir einmal pro Woche an 76 Standorten kostenlos Bewegungseinheiten (insgesamt acht).
- Qualifizierte TrainerInnen haben für Sie ein einsteigerfreundliches Programm für mehr Freude und Bewegung entwickelt.
- Schwerpunkte sind: Beweglichkeit, Koordination, Körperwahrnehmung, Alltagsmotorik, Spiele aller Art, sowie verschiedene Entspannungsübungen.
- Jeder Kurs ist eine ideale Gelegenheit, um in Gemeinschaft mehr fürs Wohlbefinden zu tun.

### Die Voraussetzung für Ihren Einstieg:

- Sie sind eine Frau über 55 Jahre oder ein Mann über 60 Jahre.
- Ihnen fehlt seit mehr als fünf Jahren die richtige Motivation, sich sportlich zu betätigen.
- Sie sind in einem allgemein guten Gesundheitszustand: Ihre Stand- und Gehsicherheit ist gut, Sie können problemlos aus der Rückenlage aufstehen.
- Sie haben den Wunsch, mit Gleichgesinnten über längere Zeit Sport zu treiben.

Wenn Sie diese Voraussetzungen erfüllen, können Sie sich ab sofort bei dem LeBe-Partnerverein in Ihrer Nähe (siehe Karte bzw. Liste) anmelden.

#### AMSTETTEN

- **ASKÖ Waidhofen Sektion Böhlerwerk**  
ab 27.3. in Böhlerwerk  
ab 28.3. in Rosenau  
ab 31.3. in Bruckbach  
Info: 0676/930 47 29
- **SPORTUNION Ertl in Ertl**  
ab 31.3. in Ertl  
Info: 0664/736 05 412
- **SPORTUNION Wolfsbach**  
ab 18.4. in Wolfsbach  
Info: 0664/764 92 46

#### BADEN

- **ATUS Bad Vöslau**  
ab 28.3. in Bad Vöslau  
Info: 0664/444 07 45,  
02252/733 17
- **PVÖ Trumau**  
ab 28.3. in Trumau  
Info: 0699/106 84 550

#### GÄNSERNDORF

- **ÖTB TV Neusiedl/Zaya 1971**  
ab 27.3. in Neusiedl/Zaya  
Info: 0664/730 63 402

#### GMÜND

- **Fitness UNION Waldviertel in Unserfrau**  
ab 13.2. in Unserfrau  
Info: 0664/357 39 69
- **Fitness UNION Waldviertel in Dietmanns**  
ab 14.2. in Dietmanns  
Info: 0664/734 24 955

- **Fitness UNION Waldviertel in Groß Schönau**  
ab 21.2. in Gr. Schönau  
Info: 0664/872 50 17
- **Fitness UNION Waldviertel in St. Martin**  
ab 21.2. in St. Martin  
Info: 0664/872 50 17
- **Fitness UNION Waldviertel in Bad Großpertholz**  
ab 5.4. in  
Bad Großpertholz  
Info: 0664/8725017

#### HORN

- **SPORTUNION Beachvolleyballverein Brunn/Wild**  
ab 27.3. in Brunn/Wild  
Info: 0664/148 32 21

#### KORNEUBURG

- **Sportfreunde ASKÖ Leitzl**  
ab 28.3. in Leitzersdorf  
Info: 0676/562 75 70
- **SPORTUNION Voltigier- und Reitverein Naglern in Ernstbrunn**  
ab 28.3. in Ernstbrunn  
Info: 0664/537 11 90

- **SPORTUNION Stockerau**  
ab 25.4. in Stockerau  
Info: 0699/122 22 489

#### LILIENFELD

- **SPORTUNION Lilienfeld**  
ab 8.3. in Lilienfeld  
Info: 02762/527 39

- **SPORTUNION Eschenau-Rotheau**  
ab 3.4. in Eschenau  
Info: 0680/3115198

#### MELK

- **Fitnessclub UNION Wachau-Dunkelsteinerwald in Aggsbach-Dorf**  
ab 6.3. in Aggsbach-Dorf  
Info: 0676/777 22 38
- **ÖTB TV Melk 1891**  
ab 21.3. in Melk  
Info: 0650/339 05 02
- **Kneipp Aktiv-Club Blindenmarkt**  
ab 27.3. in Blindenmarkt  
Info: 07473/24 68
- **Kneipp Aktiv-Club Pöggstall**  
ab 27.3. in Leiben  
ab 27.3. in Pöggstall  
ab 29.3. in Münichreith  
Info: 0650/430 47 85

#### MÖDLING

- **TV Hennersdorf**  
ab 27.3. in Hennersdorf  
Info: 0676/944 50 95
- **ASKÖ Fitness Verein Wiener Neudorf**  
ab 29.3. in Wr. Neudorf  
Info: 02236/651 33
- **ÖTB Gumpoldskirchen**  
ab 29.3. in  
Gumpoldskirchen  
Info: 0699/121 60 593

- **Bushido Mistelbach**  
ab 30.3. in Mistelbach  
Info: 0680/110 78 74

- **AGIL Ulrichskirchen**  
ab 31.3. in  
Ulrichskirchen  
Info: 0664/194 11 48

- **SPORTUNION Fitnessclub Land um Laa**  
ab 10.4. in Falkenstein  
ab 10.4. in  
Wildendürnbach  
ab 10.4. in Wulzeshofen  
ab 11.4. in Drasenhofen  
ab 11.4. in Großharras  
ab 11.4. in Hörsersdorf  
ab 11.4. in Laa/Thaya  
ab 11.4. in Poysdorf  
ab 12.4. in Hanfthal  
ab 12.4. in Stronsdorf  
ab 13.4. in Gnadendorf  
ab 14.4. in Asparn/Zaya  
ab 14.4. in Unterstinken  
Info: 0676/538 15 78  
ab 10.4. in Ottenthal  
Info: 0664/140 43 00

- **Bodyfit Vösendorf**  
ab 30.3. in Vösendorf  
Info: 0676/754 02 69
- **SPORTUNION Wiener Neudorf**  
ab 6.4. in Wr. Neudorf  
Info: 0664/522 79 47

#### NEUNKIRCHEN

- **ÖTB TV Neunkirchen 1863**  
ab 27.3. in Neunkirchen  
Info: 0676/ 727 78 20
- **Abenteuer, Freizeit und Senioren-SPORTUNION NÖ Süd in Edlitz**  
ab 29.3. in Edlitz  
Info: 0664/737 86 744

#### SCHEIBBS

- **SPORTUNION Reinsberg**  
ab 23.1. in Reinsberg  
Info: 0650/6848386
- **Sport & Spass Gesundheitssportverein**  
ab 28.3. in Wang  
Info: 07488/ 76767

#### ST. PÖLTEN

- **SPORTUNION St.Pölten**  
ab 28.3. in St.Pölten  
Info: 0680/441 62 79
- **SPORTUNION St.Pölten in Viehofen**  
ab 29.3. in St.Pölten  
Info: 0680/201 54 47
- **ÖTB St. Pölten Turnverein 1863**  
ab 5.5. in St. Pölten  
Info: 0650/818 80 72

#### ST.PÖLTEN LAND

- **SPORTUNION Obritzberg Rust Hain in Grossrust**  
ab 27.3. in Grossrust  
Info: 0676/514 62 28
- **SPORTUNION Obritzberg Rust Hain in Kleinhain**  
ab 28.3. in Kleinhain  
Info: 0676/514 62 28
- **SPORTUNION Herzogenburg**  
ab 30.3. in  
Herzogenburg  
Info: 0650/818 80 72
- **UNION Tanz- und Sportklub Christine in Eichgraben**  
ab 5.4. in Eichgraben  
Info: 0664/392 65 48
- **SPORTUNION Markersdorf-Haindorf**  
ab 5.4. in Markersdorf  
Info: 0676/930 34 20

#### STOCKERAU

- **Sportclub Malibu**  
ab 6.5. in Spillern  
Info: 0676/562 75 70

#### TULLN

- **Shoot and Hound UNION Schieß- und Hundesportverein i. Rappoltenkirchen**  
ab 27.3. in  
Rappoltenkirchen  
Info: 0664/730 26 889
- **Kneipp Aktiv-Club Klosterneuburg**  
ab 28.3. in  
Klosterneuburg  
Info: 0681/104 22 013

- **UNION Gesundheitssport Grafenwörth**  
ab 29.3. in Grafenwörth  
Info: 0660/508 30 73

- **SPORTUNION Absdorf**  
ab 31.3. in Absdorf  
Info: 0664/838 50 93

- **SPORTUNION Langenlebern**  
ab 4.4. in  
Langenlebern  
Info: 0664/411 16 30

#### Waidhofen/Thaya

- **UNION Sportverein Gastern**  
ab 27.3. in Gastern  
Info: 0664/162 43 55

#### Waidhofen/Ybbs

- **ASKÖ Waidhofen/Ybbs**  
ab 27.3. in  
Waidhofen/Ybbs  
Info: 0676/575 71 97  
und 07442/55501
- **SPORTUNION Ertl in Konradshaim**  
ab 29.3. in  
Waidhofen/Ybbs  
Info: 0664/736 05 412

#### WIEN UMGEBUNG

- **ASV Pressbaum Freizeitsport**  
ab 29.3. in Pressbaum  
Info: 0699/182 26 076
- **Gymnastik-Klub Gablitz**  
ab 25.5. in Gablitz  
Info: 0676/756 52 73

#### WIENER NEUSTADT

- **Quer-Werk**  
ab 18.5. in  
Zillingdorf-Bgw.  
Info: 0650/779 37 66
- **1. Sportvereinigung Hohe Wand**  
ab 27.3. in Stollhof  
Info: 0676/898 81 105

#### WR.NEUSTADT LAND

- **Abenteuer, Freizeit und Senioren-SPORTUNION NÖ Süd in Lanzenkirchen**  
ab 27.3. in  
Lanzenkirchen  
Info: 0664/737 86 744

#### ZWETTL

- **SPORTUNION Ottenschlag**  
ab 27.3. in Ottenschlag  
Info: 0664/731 89 963



www.sportlandnoe.at

weitere Infos:  
**ORF-Teletext S. 660**  
**www.sportlandnoe.at**