



Wiener Arbeiter Turn- und Sportverein | Generalsekretariat

Sehr geehrte Damen und Herren!
Werte SportfreundInnen!



Der „**Generationen-Aktiv-Park**“ startet in eine weitere Frühjahrssaison und der WAT hat es sich zur Aufgabe gemacht, dieses wertvolle Bewegungsprojekt auch heuer wieder entsprechend zu betreuen. Ziel dieser betreuten Einheiten (**BAB = „Betreutes und Animiertes Bewegen“**) ist die nachhaltige Verbesserung der Fitness und damit auch der Lebensqualität seiner BesucherInnen. Die Förderung der sozialen Komponente - die persönliche Begegnung und die Förderung des Zusammenlebens - ist ebenfalls ein wesentlicher Kerninhalt des Projekts.

Wir laden daher alle bewegungsinteressierten Personen und Mitstreiter diverser Organisationen und Vereine ein, folgende Termine und Aktionen rund um den „Generationen-Aktiv-Park“ entsprechend bekannt zu machen bzw. zu besuchen.

Saisonstart der wöchentlichen Trainingseinheiten ist am **27. April 2010 um 10.00 Uhr**. An den nachfolgenden Dienstagen steht **bis einschließlich 29. Juni 2010** jeweils von **10.00 – 11.30 Uhr** ein/e ausgebildete/n WAT-TrainerIn vor Ort bereit, um ein qualifiziertes Training zu leiten. Dabei gibt es wertvolle Tipps bezüglich der richtigen Benützung der Geräte, gemeinsame Spiel- und Bewegungsformen und vor allem die Möglichkeit, gleichgesinnte „SeniorInnen“ zu treffen. In der Beilage senden wir Ihnen ein **Informationsblatt** über diese Trainingseinheiten und ersuchen Sie höflich, diese an geeigneter Stelle aufzuhängen bzw. an potentielle BesucherInnen zu verteilen. Herzlichen Dank!

Neben den wöchentlichen Trainingseinheiten steht der Generationen-Aktiv-Park allen BesucherInnen **täglich zeitlich unbeschränkt und kostenfrei zur Benützung offen**. Um den Zugang dazu zu erleichtern, bietet der WAT im Frühjahr auch eine Reihe von **Aktionstagen** an. Bei extra zu vereinbarenden Terminen organisieren wir **Info-Workshops für MultiplikatorInnen von Senioren-Sporteinrichtungen, Senioren-Wohneinrichtungen sowie anderen Betreuungsstätten für Ältere**. Wir ersuchen Sie, diese Möglichkeit der individuellen Vorstellung des Parks wahr zu nehmen, um Ihrerseits wiederum interessierte Personen zur Benützung des Parks zu motivieren. Bitte kontaktieren Sie zu diesem Zwecke das WAT-Büro unter office@wat.at bzw. 01/8048532 – Fr. Groß bzw. Fr. Landsteiner.

Zusammenfassend die wichtigsten Frühjahrsaktivitäten im Generationen-Aktiv-Park:

Saisonstart: 27. April 2010

Wöchentliches betreutes Training: Dienstag, 10.00 – 11.30 Uhr, vom 27. April bis 29. Juni 2010

Informationstage der Wiener Bildung: Mittwoch, 12. und 19. Mai 2010, 14.00 – 15.30 Uhr

Weitere Informationstage sowie Workshops für MultiplikatorInnen: nach individueller Terminabsprache

All diese Aktionen und Informationsveranstaltungen sind selbstverständlich kostenlos!

Wir freuen uns, wenn Sie unsere Angebote aktiv nützen und darauf, Sie persönlich im Generationen-Aktiv-Park betreuen zu dürfen und danken für Ihre Unterstützung!

WAT-Generalsekretariat
& die TrainerInnen des „BAB“



Fonds Gesundes
Österreich

