



### **Aktivitäten im Jahr 2022/2023**

Im Jahr 2022 konnten wir wieder ein ambitioniertes Programm absolvieren.

Der Ausflug nach Rum zum Herzsporttag am 24. September 2022 war ein gelungener Tag. Es gab interessante Vorträge, die sehr aufschlussreich und verständlich waren. Auf unserem Heimweg machten wir noch einen Abstecher nach Rattenberg. Hier machten wir dank unseres Chauffeurs eine Führung durch die Altstadt und anschließend konnten wir noch eine Stärkung in einem netten Lokal einnehmen.

Im Jänner gab es einen Neujahrsumtrunk beim Landgut Furtherwirt in Kirchdorf, wo uns Wolfgang Hagsteiner und sein Team in einem angenehmen Ambiente mit einem sehr guten vielfältigen Abendbuffet verwöhnte. Ein herzliches Dankeschön an Familie Hagsteiner für den gelungenen Abend.

Zur Freude unseres Obmanns Georg Treffer wird unsere Gruppe mit den aktiven Turnern stets größer und wir starteten im Herbst mit neuem Elan in die gewohnten wöchentlichen Turnstunden in der Halle. Jeden Montag können wir uns mit unserer Dipl. Fit Sport Trainerin und Atemtherapeutin mit einer ausgewählten Vielfalt von Turnübungen speziell für unsere Herzen und unsere Atmung auspowern.

Wir freuen uns nun auf den Frühling, wo es wieder sportlich und mit viel Schwung weitergeht.

Ein Dank an alle Mitglieder für die zahlreiche Teilnahme an allen Aktivitäten.

Im Namen des Obmanns

Georg Treffer

Bericht und Fotos: Elisabeth Schattner-Masek

Herzsportgruppe Bezirk Kitzbühel-St. Johann im Turnsaal NMS



Ausflug Rattenberg 24.09.2022





Neujahrsumtrunk Landgut Furtherwirt Kirchdorf







