



Salzburger Verwaltungsakademie

Pilates BH St. Johann/Pg.

Effekte:

- kräftigt die Körpermitte (Vorbeugung von Wirbelsäulen-Problemen)
- erhöht die Beweglichkeit
- verbessert die Körper-Wahrnehmung
- hilft beim Stressabbau

Mitzubringen:

- Matte
- bequeme Sportbekleidung
- Socken (wir üben ohne Schuhe)
- evtl. Getränk

Dieses Angebot gilt für Mitarbeitende des Landes Salzburg. Die Kosten für Semesterkurse mit Schwerpunkt Bewegung werden vom Dienstgeber zu einem großen Teil übernommen. Der Selbstbehalt ist erst nach dem Erhalt der Rechnung zu begleichen.

Information

Salzburger Verwaltungsakademie
svak@salzburg.gv.at

Salzburger Verwaltungsakademie

S V A K

Termin(e)	📅 18.09.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 25.09.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 02.10.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 09.10.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 16.10.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 23.10.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 06.11.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 13.11.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 20.11.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 27.11.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau 📅 04.12.2025, 17:00 - 18:00 🏠 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau
Ort	📍 Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau Bezirkshauptmannschaft St. Johann im Pongau Adresse
Kursleitung	👤 Margret Hirschegger MAS
Kosten	💰 EUR 190,00 € / Person
Teilnehmende	👥 15 Personen
Kurs.Nr	# 2025-LBG20-06
Ansprechperson	👤 Robert Wochinger