

## Preise:

10er-Pass: € 80,00

5er-Pass: € 50,00

Der Pass kann von mehreren Personen verwendet werden und ist für alle angeführten Angebote gültig. Es ist keine Anmeldung notwendig; gedacht für Schnupperstunden, Gültigkeitsdauer 1 Jahr

## Verkaufsstellen:

Bürgerbüro, Tourismusverband,  
Raiffeisenbank Faistenau  
5324 Faistenau, Am Lindenplatz 1

## Kontaktadresse:

Gesunde Gemeinde Faistenau,  
5324 Faistenau, Am Lindenplatz 1  
06228 2212 26  
[www.gesundes-faistenau.at](http://www.gesundes-faistenau.at)  
[info@gesundes-faistenau.at](mailto:info@gesundes-faistenau.at)



Programm und Anmeldung unter  
**[www.jackpot.fit](http://www.jackpot.fit)**

Telefonischer Kontakt: Evelyn Schorn 0664/2601537

### Gesunde Gemeinde Faistenau:

Christa Huber (Leitung),  
Reinhard Innerberger, Anton Resch,  
Roland Schöndorfer, Roswitha Winkler

### Programmorganisation Aktivpass:

Cornelia Auer, Helga Fattinger,  
Veronika Oberascher-Pfau, Evelyn Schorn

## Der Aktiv-Pass:



## Das ideale Geschenk für

- + Geburtstage
  - + feierlichen Anlässe
  - + Firmen-Mitarbeiter
  - + Weihnachten
- u.v.m.



- übertragbar -
  - von Paaren nutzbar -
  - zum Verleihen -
- u.v.m.

**GESUNDE  
GEMEINDE**  
FAISTENAU



## Faistenauer AKTIV-PASS

Programm  
**Frühling 2026**  
07.04. - 26.06.

„i bin aktiv“

Der zentrale Punkt für Gesundheit und Wohlbefinden ist Bewegung, am besten in der Gemeinschaft - durch Bewegung wird der gesamte Mensch positiv beeinflusst.



**GESUNDE  
GEMEINDE**  
FAISTENAU

**[www.gesundes-faistenau.at](http://www.gesundes-faistenau.at)**

**Dienstag**  
07:45 - 08:45



## Morgenyoga

**Gertraud Resch**  
Yogalehrerin  
0676/844101200, gerti.resch@gmx.at

### MORGENYOGA

Mit fließenden Bewegungen, Atemübungen und bewussten Dehnungen starten wir sanft und voller Energie in den Tag.

**Termine:**  
07.04., 14.04., 21.04., 28.04., 05.05.,  
12.05., 02.06., 09.06., 16.06., 23.06.

**Ort:** Multifunktionsraum Feuerwehr

**Zielgruppe:** jeder kann mitmachen!

**Mitzubringen:** Yogamatte, Sitzkissen, Decke

**Dienstag**  
18:00 - 20:00



## Beachvolleyball

**Doppelstunden!**

**Verena Maschler**  
ehemalige Beachvolleyballerin  
der A1 Österreichtour, Sportlehrerin  
0650/7708102, verimaschler@gmail.com

### BEACHVOLLEYBALL

Gemeinsam fit bleiben: Spaß beim Volleyball!

**Termine:** 26.05., 02.06., 09.06., 16.06., 23.06.

**Ort:** Beachvolleyplatz Tauglzipf

**Zielgruppe:** Leicht Fortgeschrittene

**Mitzubringen:** Trinkflasche, Kappe, Brille,  
Badesachen und bei Besitz Volleyball

**Mittwoch**  
10:15 - 11:15



## „Schmerzfrei Training“ nach Liebscher & Bracht

**Evelyn Schorn**  
Dipl. Gesundheits- und Pilatetrainerin,  
0664/2601537, evelyn@bewegung-im-einklang.at

### ENGPASSEDEHNUNG und FASZIEN-ROLLMASSAGE

Bei diesem Training wirken wir der zu hohen Muskelspannung und den verfilzten Faszien, die sehr oft Ursachen für Schmerzen sind, entgegen.

**Termine:** 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 13.05.

**Ort:** Multifunktionsraum Feuerwehr

**Zielgruppe:** Erwachsene

**Mitzubringen:** Matte, Trinkflasche, falls vorhanden: Faszienrolle, Ball

**Donnerstag**  
18:00 - 19:00



## Pilatesflows

**Anna Maria Ebner**  
Pilatesflows Instruktorin  
0664/1189144, am.ebner94@gmail.com

Die **PILATESFLOWS**-Methode ist ein Gesamtpaket für deine körperliche Fitness. Die spezielle Methode bildet die Grundlage eines gesunden, starken, schmerzfremen Körper und nachhaltige Transformation. In allen Lebensphasen! In jeder Einheit lernst dein Körper sich auszubalancieren, Blockaden zu lösen und die Tiefen-Muskulatur anzusteuern - ohne ihn zu überfordern, aber für ein besseres Körperbewusstsein!

**Termine:** 09.04.16.04., 23.04.,30.04., 07.05., 21.05., 28.05.

**Ort:** Multifunktionsraum Feuerwehr, am 21.05.: Kindergarten OG

**Zielgruppe:** Erwachsene

**Mitzubringen:** Matte

**Freitag**  
15:30 - 16:30

## Voltigieren

**Voltigiergruppe Faistenau**  
**Cornelia Auer**  
Voltigierübungsleiterin  
0664/4953671, auerconny@aon.at

### VOLTIGIEREN

Turnen und Akrobatik am Pferd

**Termine:**  
10.04., 17.04., 08.05., 15.05., 22.05., 29.05.,05.06.,12.06., 19.06.,26.06.

**Ort:** Pferdestall am Hintersee (Hinterseestr. 127)

**Zielgruppe:** Kinder und Jugendliche ab 6 Jahre

**Mitzubringen:**  
Sportkleidung (je nach Wetter), Gymnastikpatschen (wenn vorhanden)



**Programm**

**April.Mai.Juni**  
**2026**