



05.05.2023 – 10:39 Uhr

## Training für Jugendliche

Vaduz (ots) -

Jugendliche haben das Bedürfnis nach Fitness insbesondere an der frischen Luft. Es ist besonders wichtig bereits in jungen Jahren körperlich aktiv zu sein. Zu dem oft kopflastigen und mehrheitlich sitzende Alltag ist das körperliche Training ein willkommener Ausgleich.

Die Stabsstelle für Sport und die Offene Jugendarbeit Liechtenstein (OJA) organisieren zusammen ein Kraft- und Koordinationstraining speziell für Jugendliche im Alter zwischen 13 und 20 Jahren. Das Training findet im Mai (Start 9. Mai) jeweils am Dienstag von 19 bis 20 Uhr bei der Streetworkout-Anlage in Vaduz nahe Rheinparkstadion statt. Ebenfalls wird ein Training im Juni (Start 5. Juni) jeweils am Montag von 19 bis 20 Uhr bei der Streetworkout-Anlage Grossabünt in Gamprin angeboten. Professionelle Fitness Instrukturen leiten das Gruppentraining und freuen sich auf zahlreiche Jugendliche. Das Training ist kostenlos, erfordert keine Vorkenntnisse und ist ohne Anmeldung möglich.

Pressekontakt:

Stabsstelle für Sport  
Jürgen Tömördy  
T +423 263 63 31  
Juergen.Toemoerdy@llv.li

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000148/100906271> abgerufen werden.