



zum YOGA

Erden – Energetisieren – Entspannen – Sein

Das erwartet dich:

- Yoga Flow
- Atemtechniken
- Yin Elemente
- Meditation

MIT:

Anja Kastner,
Yogalehrerin

Eine regelmäßige Yogapraxis hilft dir, der Hektik des Alltags gelassen und standhaft entgegenzutreten.

WANN: montags von 17:30 - 18:45 Uhr ab 15.9.25 (ausgen. schulfreie Tage)

Die Termine sind während des Schuljahres 25/26 individuell wählbar und somit Turnusdienst-tauglich!

WO: im Turnsaal der Martin-Boos-Schule

Teilnahmebetrag: 10er-Block 120€ (-20€ BR-Fitnesszuschuss*)

Anmeldung: bitte per BR-App →
(unter „Mach mit!“)



QR-Code scannen oder
im Playstore nach „mein BR“ suchen!

Betriebsauswahl: br-diakoniewerk-ooe
Kennwort: Betriebsrat

Auch Anfänger:innen sind willkommen!

zum 22.Citylauf Gallneukirchen

WETTKAMPF ODER GENUSS – DU ENTSCHIEDEST



KATEGORIEN: > 5 km für Profis u. Gelegenheitsläufer:innen
> 800 m Staffellauf in 3er-Teams

WANN: Samstag, 16.8.25 > 15³⁰ (Hauptlauf) > 16³⁰ (Staffel)

START/ZIEL: Marktplatz Gallneukirchen

Teilnahmegebühr: 18€/20€ (wird vom BR-Fitnesszuschuss* gedeckt, wenn noch nicht beantragt)

Anmeldung: <https://citylauf-gallneukirchen.at>

* Der **BR-FITNESSZUSCHUSS** in der Höhe von 20€ wird jede:r Mitarbeiter:in des Diakoniewerks OÖ 1x im Jahr ausbezahlt. Zu beantragen bis 15.12. über die BR-App (unter „Geld für mich“) oder direkt im BR-Büro.