

Sommerspaß und Gesundheit: Life Lounge bringt Bewegung ins Freibad!

Die Life Lounge Sommertour 2025 in Wiens Freibädern fördert Gesundheit und Bewegung für alle Altersgruppen. Termine und Infos hier!



Nachrichten AG

Laaerbergbad, Ludwig-von-Höhnel-Gasse 2, 1100 Wien, Österreich - Die Wiener Gesundheitsförderung – WiG startet im Juli 2025 mit ihrer spannenden Veranstaltung, der „Life Lounge Sommertour 2025“. Ziel dieser Tour ist die Förderung eines gesunden Lebensstils, insbesondere für ältere Menschen. Die Veranstaltung bietet ein abwechslungsreiches Programm, das sowohl Bewegungsübungen als auch interaktive Gesundheitsstationen umfasst. Die WiG möchte damit den Spaß an Bewegung vermitteln und die Teilnehmenden motivieren, Kräftigungsübungen in ihren Alltag zu integrieren. Laut **Wiener Gesundheitsförderung** stehen u.a. folgende Angebote auf der Agenda:

- Bewegungsübungen
- Gleichgewichtschallenges
- Geruchstests
- Blutdruckmessen
- Atemübungen
- Anti-Stress-Angebote
- Interaktive Stationen für Gesundheitsinformationen
- Aktivitäten für Kinder, wie z.B. ein Quizrad und ein überdimensionales Gebiss

Die Veranstaltung wird an verschiedenen Orten in Wien stattfinden. Am Laaerbergbad, Höpflerbad, Kongressbad und Strandbad Gänsehäufel wird die Life Lounge nach einem festgelegten Zeitplan aktiv sein. Die genauen Termine und Orte sind auf der Webseite der WiG aufgeführt:

- **Laaerbergbad:**
04.-06. Juli 2025, 10:00 – 19:00 Uhr
- **Höpflerbad:**
11.-13. Juli 2025, 10:00 – 19:00 Uhr
- **Kongressbad:**
18.-20. Juli 2025, 10:00 – 19:00 Uhr
- **Strandbad Gänsehäufel:**
25.-27. Juli 2025, 10:00 – 19:00 Uhr

Vielfältige Bewegungsangebote

In Anlehnung an die Life Lounge bietet die Wiener Gesundheitsförderung auch regelmäßige Bewegungsmöglichkeiten an. Diese Entwicklungen sind Teil eines größeren Initiativen, die die Lebensqualität im Alter steigern sollen. So berichtet **Wien.gv.at**, dass in Ottakring Nordic Walking eine beliebte Ausdauersportart darstellt, die den Teilnehmenden nicht nur körperliche Fitness, sondern auch eine Quelle der Entspannung bietet. Im Rahmen der „Bewegten Apotheke“ können Gruppenaktivitäten in Anspruch genommen werden. Hierzu gehören auch Gehrunden, die regelmäßig an unterschiedlichen Apotheken stattfinden.

Für alle Bewegungsinteressierten, insbesondere Seniorinnen und Senioren, organisieren Pensionist*innenklubs in Wien ein umfangreiches Sportprogramm. Zu den angebotenen Aktivitäten zählen Gesundheitsvorträge, Sitzgymnastik, Tanz und Training mit Smovey-Ringen, die allesamt dazu beitragen, die Gesundheit und Lebensqualität vieler Wiener Bürger zu fördern.

Kontaktinformationen und Teilnahme

Für Interessierte, die mehr über die Life Lounge erfahren möchten oder eine Medienanfrage stellen möchten, steht Mag.a Petra Hafner, Leiterin Öffentlichkeitsarbeit, zur Verfügung. Sie ist erreichbar unter:

- Telefon: +43 1 4000 76921
- E-Mail: petra.hafner@wig.or.at

Zusammenfassend möchte die Wiener Gesundheitsförderung mit der Life Lounge Sommertour 2025 eine Vielzahl an Aktivitäten anbieten, die nicht nur der physischen Gesundheit, sondern auch dem sozialen Austausch und der Lebensfreude im Alter dienen.

Details	
Ort	Laaerbergbad, Ludwig-von-Höhnel-Gasse 2, 1100 Wien, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• presse.wien.gv.at• www.wig.or.at• www.wien.gv.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at