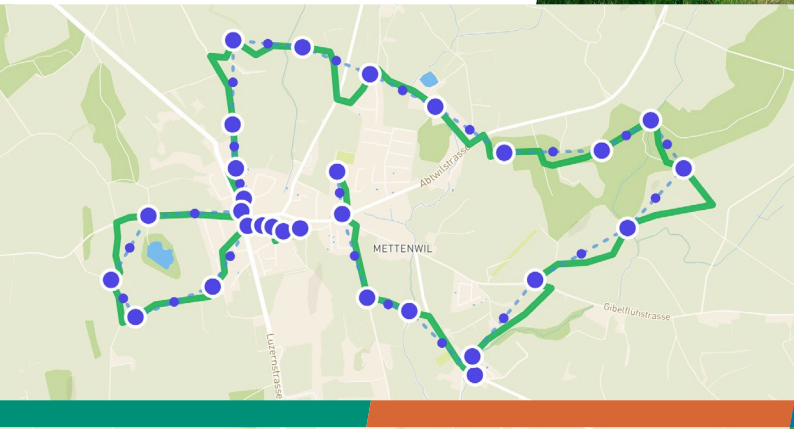
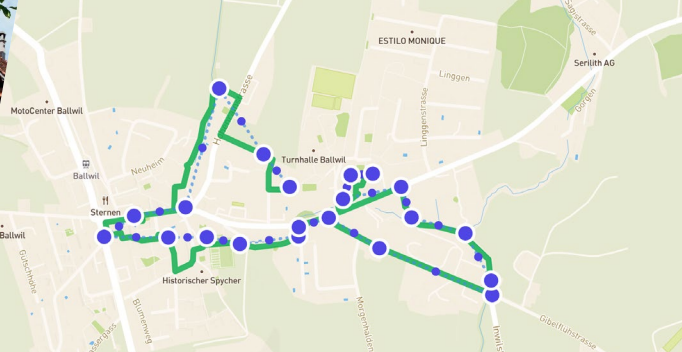




AKTIVES BEWEGEN UND ENTDECKEN
BEWEGUNGS- & ENTDECKUNGSPARCOURS DURCH DORF UND NATUR

relax

Entspannungs- und
Atemübungen

tonic

Übungen für Kraft und
Schnelligkeit

agile

Übungen zur Verbesserung
von Gleichgewicht
und Koordination

groups

Übungen, die
in Gruppen
durchgeführt werden

FRIACTIV ...



... ist eine kostenlose Bewegungs-App

... ist jederzeit zugänglich

... ist für alle geeignet – jung, alt, sportlich oder nicht

... veranschaulicht mit Videos Übungen
in 4 Bewegungskategorien

... liefert Wissen zu Kultur und Geschichte von Ballwil



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera