

Presseinformation

23. November 2020

„Best of HomeWörkout“ – Fit durch den Lockdown mit den NÖ-Sportstars

Danninger: „Wichtig, dass wir trotz Lockdown weiterhin in Bewegung bleiben“

Am 17. November, begann in ganz Österreich aufgrund steigender Corona-Infektionszahlen der zweite harte Lockdown. Dieser führt, wie bereits im Frühling, auch zu drastischen Einschränkungen im Sport: Sportstätten wurden für Amateur- und Hobbysportler geschlossen sowie Kontaktsportarten untersagt. Das Training muss erneut in die eigenen vier Wände verlegt werden. Für Inspiration und Motivation soll dabei das „Best of HomeWörkout“ von SPORT.LAND.Niederösterreich sorgen. Eine ganze Woche lang, von Montag, den 23.11., bis Sonntag, den 29.11., wird täglich ein Video mit verschiedenen Fitness-Übungen von niederösterreichischen Sportstars - die ganz leicht zuhause nachgemacht werden können - auf der Facebook-Seite von SPORT.LAND.Niederösterreich präsentiert. Jedes Video steht dabei unter einem Motto. Während etwa beim „Multifunctional Monday“ Alltagsgegenstände zu Fitnessgeräten werden, sollen die Übungen am „Fun Friday“ einfach nur Spaß machen. „Gerade in dieser schwierigen Zeit ist es wichtig, dass wir trotz aller Einschränkungen fit bleiben und auf unsere Gesundheit achten. Unser Erfolgsprojekt „HomeWörkout“ hat mit über 500.000 erreichten Personen auf Instagram und Facebook schon im Frühjahr für Bewegung in Niederösterreichs Häusern und Wohnungen gesorgt. Darum zeigen wir nun die besten Übungen als Highlight-Videos – da ist bestimmt für jeden etwas dabei“, freut sich Sportlandesrat Jochen Danninger auf die Aktion.

Als Vorturner für das HomeWörkout engagierte SPORT.LAND.Niederösterreich niederösterreichische Spitzensportler, wie Ivona Dadic, Jessica Pilz, Clemens Doppler und Alexander Horst, Top-Vereine, wie den UHK Krems und den SKN St. Pölten Frauen, sowie Sportlegenden, wie Toni Pfeffer und Michi Hatz. Die vielfältigen Fitness-Übungen werden nun auch im zweiten Lockdown Niederösterreich in Schwung bringen.

Weitere Informationen: SPORT.LAND.Niederösterreich, Christian Resch, Telefon +43 2742 9000 19876 oder +43 676 812 19876, christian.resch@noe.co.at sowie



Presseinformation

Büro Landesrat Jochen Danninger, Andreas Csar, Telefon 02742/9005-12253,
andreas.csar@noel.gv.at