



Bewegung?!

Tipps und Tricks zur (Selbst) Motivation -
Abschied vom inneren Schweinehund

mit **Dr. Monika Niederstätter**

Sportpsychologin, Mental- und Lauftrainiererin,
ehemalige Weltklasseläuferin

am **Freitag, 09. April 2021**
um **20.00 Uhr** online über Zoom

Zugangsdaten:

Meeting-ID: 817 9419 0895

Kenncode: 470927

oder direkt über dem Link auf

www.biblio.bz.it/aldein

Auf euer Dabeisein freuen sich



Amateursportverein
Aldein - Raiffeisen

