



GESUNDES
TULLNERBACH



GESUNDHEITSTAG

der Marktgemeinde Tullnerbach



Sonntag, 31. Mai 2026
von 13.00 - 17.00 Uhr

Parkplatz Freiwillige Feuerwehr Tullnerbach

Entdecken. Ausprobieren. Wohlfühlen

Ein Tag voller Bewegung, Gesundheit und regionalen Angeboten für die ganze Familie – kostenlos und ohne Anmeldung.

Mitmachstationen, Beratung, Tests, Bewegung, Genuss und viele Highlights für Groß und Klein.

Herzliche Grüße

Stefan-Paul Porteder
Bürgermeister



20 GESUNDHEITS- & BEWEGUNGSSTATIONEN

Gesundheits-Checks & Analysen

- Reaktionsfähigkeitstest – Wie schnell reagierst du?
- Balance-Test – Standfestigkeit & Körperkontrolle testen
- Wirbelsäulen-Analyse – Haltung & Belastungen erkennen
- Körperzusammensetzung – Muskelmasse, Fett, Wasser
- ABI Durchblutungstest - schnelle Orientierung für Deine Gesundheit
- Gratis Impfung - durch das Primärversorgungszentrum Wienerwald

Bewegung & Mitmachangebote

- Kinderymnastik & Erwachsenengymnastik
- Zumba Fitness – Energie & Rhythmus
- Yoga-Vorführung – Entspannung & Beweglichkeit
- Airtrack – Spaß & Sprungkraft für alle
- Kinder-Parcours – Geschicklichkeit & Abenteuer

Therapie, Beratung & Coaching

- Physiotherapie – Beweglichkeit & Schmerzfreiheit
- Craniosakrale Behandlung – Sanfte Entspannung
- Kraft- & Personal Training – Individuelle Fitnessimpulse
- Lebens- & Sozialberatung – Mentale Stärke & Balance

Sicherheit & Erste Hilfe

- Defibrillator-Vorführung – Lebensrettung einfach erklärt

Ernährung & Regionalität

- Nachhaltige, lokale Ernährung vom Demeter-Hof – Kostproben, Infos & Einkaufstipps

Für das leibliche Wohl

- Speisen & Getränke – Regional, frisch & für jeden Geschmack

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung und Eltern müssen ihre Kinder selbst beaufsichtigen.

Gesund leben, gesund bleiben!



gesund.leben.tut.gut

www.noetutgut.at