



FIT INTELLIGENT TRAINIERT

FIT & FUN
Gesundheits- & Diätferien
für Kinder & Jugendliche

persönlich motivierend erfolgreich





Spaß mit viel Bewegung & gesunder Ernährung

Ohne Leistungsdruck und mit viel Spaß wird die Lust zur Bewegung und gesunder Ernährung geweckt!

Das Hauptziel ist die langfristige Senkung des Übergewichts von Kindern & Jugendlichen durch Hinführen zu einer bewussten Lebensweise und durch Stärkung des persönlichen Selbstbewusstseins durch unser geschultes Fachpersonal.

Einzigartiger Sommerspaß im H₂O Thermenresort in Bad Waltersdorf, Steiermark.

- FI 30.000 m² Erlebnisswelt
- FI 9 Thermenpools (Indoor& Outdoor)
- FI Rutschenspaß
- FI Actionpark mit BungeeRun
- FI Unterhaltende und lehrreiche Wanderwege wie z.B. der Schlaumeier-Weg
- FI Erlebnispark Geier (größter Waldseilgarten Europas)



Erfolgsfaktoren

Fi Über 20 Jahre Erfahrung

Fi Top motiviertes BetreuerInnenteam

Fi Abwechslungsreicher und schmackhafter
Speiseplan nach dem neusten Wissensstand

Fi Persönlichkeitsstärkende Maßnahmen

Fi Körperzusammensetzungsmessung nach
dem neusten Stand der Technik

Fi Trendige und gesunde Sport-
und Bewegungsprogramme

Fi Persönliches Abschlussgespräch mit individuellen
Empfehlungen

Fi Online Nachbetreuung für alle TeilnehmerInnen





Eckpfeiler

- fi Ärztliche Leitung und geschulte BetreuerInnen
- fi Bioimpedanzmessung und Sportmotorische Testung
- fi Erlebnisorientierte Bewegungsprogramme zur Unterstützung der Gewichtsabnahme und zum Muskelaufbau
- fi Gesunder und schmackhafter Speiseplan
- fi Persönlichkeitstrainings zur Unterstützung des Abnehmprozesses und der Einstellungsänderung
- fi Interaktive Workshops in altersgerechten Kleingruppen
- fi Persönliche und individuelle Zielbearbeitung
- fi Umfangreiche Unterlagen und Rezepte für zu Hause
- fi Online Nachbetreuung mit der FITime



Ferienfeeling inklusive



TERMINE & UNTERKUNFT

1. Termin

So, 07. Juli – So, 28. Juli 2024

Anmeldeschluss: 21. Juni 2024

2. Termin

So, 28. Juli – So, 18. August 2024

Anmeldeschluss: 12. Juli 2024

H₂O Hotel-Therme-Resort

Sebersdorf 300, 8271 Bad Waltersdorf

www.hoteltherme.at

Teilnahmevoraussetzungen

Kinder und Jugendliche von 11 – 17 Jahren

Spaß & Motivation an gesunder Bewegung und
Ernährung

**Ihre Investition in
eine gesunde und zufriedene Zukunft Ihres
Kindes**

1. Termin: € 1.749.-

2. Termin: € 1.949.- (Hauptsaison)

**Preise inkl. Übernachtung im 2-Bett Zimmer,
Vollpension plus, 24 h Betreuung &
Programm, Thermeneintritt für den
gesamten Aufenthalt & sämtliche Messungen**



FÖRDERUNGEN & ERMÄßIGUNGEN

Kostenzuschuss ÖGK bis zu € 840.-
SVA Gesundheitshunderter € 100.-

€ 25.- Frühbucherbonus bis 31.03.2024

€ 25.- Geschwister- & Freundschaftsrabatt (pro
Kind bzw. Familie)

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt schriftlich per Post oder
Anmeldeformular auf unserer Homepage.



Kontakt

FIT Intelligent Trainiert GmbH

Griesgasse 12 | 8020 Graz

T +43 677 61016259 | office@f-i-t.at |

www.f-i-t.at