



Damengymnastik



Körperlich fit bis ins hohe Alter!
Körperliche Aktivität wirkt sich positiv auf deine Gesundheit aus.
Wer regelmäßig körperlich aktiv ist, kann damit sein allgemeines Wohlbefinden, seine körperliche, psychische und soziale Gesundheit fördern sowie das Herz-Kreislaufsystem stärken.

Ist dies auch dein Wunsch?
Dann besuche uns doch einfach einmal in einer Probestunde!

Wann:	Montags um 08:45 Uhr bis 09:45 Uhr & um 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Treffpunkt:	Turnhalle
Dauer:	ca. 1 Stunde
Infos:	ca. 15 Frauen im Alter zwischen 45 und 70 Jahren
Wer:	Sonja Menig Tel. 09307-244 Tel. 0175-7330843 Helene Geldner 09307 / 990096

