

Neustart: Trittsicher durchs Leben

in Kooperation mit dem Deutschen Turner-Bund bieten wir den Kurs „**Trittsicher durchs Leben**“ an.

Neustart ist am **Dienstag, den 22. März 2022 von 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr** im **FuldaTalerForum** Ihringshausen (barrierefreier Zugang).



Mit einem guten Hygienekonzept sind wir wieder aktiv.

Mit dem Bewegungsprogramm wollen wir ältere Menschen dabei unterstützen, bis ins hohe Alter beweglich zu bleiben, um das Leben zu genießen.

Das Besondere an dem Trainingsprogramm ist, dass Sie dafür keine speziellen Vorkenntnisse benötigen und ein Training auch in Alltagsbekleidung möglich ist.

Kursleiter: Bernd Quast

Neustart: Trittsicher durchs Leben

Der Kurs ist Kostenlos über eine Spende freuen wir uns.

Es sind noch wenige Plätze frei.

Um Anmeldung wird gebeten unter:

Bürozeiten:

Montags, mittwochs und freitags 9.00 bis 11.00 Uhr

Frau Brigitte Weiß Tel. 0561/9818 – 1070

Email: nachbarschaftsverein@fuldatal.de