



Ab September / Oktober

Neue Seniorenkurse

BEWEGUNG speziell für Senioren

Yoga & Klang sanft mit Sabine Zenz

Bewusst atmen, zuhören, aufmerksam sein, jeden Moment schätzen. Yoga verbessert die Beweglichkeit, fördert das Gleichgewicht und die Koordination.



Termin: Mittwochs von 8:30 – 09:30 Uhr, Start 18.09.2019

Ort: Flib Vereinsheim

Kosten: € 80,- für 10 EH

Anmeldung bei Sabine Zenz Tel. Nr.: 0660 – 8126373

Seniorenfit mit Doris Rauch

Die Bewegungseinheiten beinhalten gezielte Übungen für mehr Gesundheit, Beweglichkeit und Wohlbefinden im Alter.

Termin: Dienstag von 9:30 – 10:30 Uhr; Start: 8.10.2019

Ort: Flib Vereinsheim

Kosten: € 80,- für EH 10

Anmeldung über Manuela Rogl: Tel. Nr.: 0676 3677124



FAMILIE in BEWEGUNG
SPORT union U

Gesunde
Gemeinde
gemeinsam gestalten

eco
electric

Hofer's
Friseurstube

UPCON
experts for logistics

kiendler
RED ZAC

PANIK
Klimatisierung