

Aktiv und mobil im Alter

Kraft- und Balancetraining zur Förderung
von Selbständigkeit und Mobilität



Der Kurs startet am Donnerstag, 17.08.23 von
09.30 Uhr bis 10.30 Uhr und findet 6-mal mit der
Übungsleiterin Sandra de Haan statt.



Anmeldung unter SkF-Stadtteilarbeit, Frau Adams
Tel.: 02131/476454 bzw.: 01637560615