

Fit mit Rollator

Gymnastik, Spiel und Tanz



Und plötzlich braucht man ihn ... den Rollator ... aus unterschiedlichsten Gründen. Es ist dann gut, solche Unterstützung zu haben.

Trotzdem schränkt er das Leben nicht ein, sondern er bereichert es wieder. Mit Spaß, ein bisschen Ehrgeiz und Fantasie wird der Rollator zu einem neuen Sportgerät. Gemeinsam mit Gleichgesinnten werden wir aktiv und bleiben beweglich.

Kleine Übungen fördern die Gesundheit und die Koordination, verbessern das Gleichgewicht und stärken die Muskulatur.

Also dann - an den Rollator - fertig - los !

wann: immer samstags von 15:00 – 16:00 Uhr

wo: Peter-Bäumges-Halle, Jahnstraße 1, Schiefbahn

Wer Spaß daran hat mitzumachen, meldet sich bei

Ulrike Bamberg, Tel. 0151 20102132

ulrike.bamberg@tv-schiefbahn.de

oder in der Geschäftsstelle des TV-Schiefbahn

Tel. 02154 / 70100

info@tv-schiefbahn.de

