

Aktiv Fit 60+



Thema: (D)ein Glücksbewegungskonzept für mehr Beweglichkeit, mehr Gesundheit und mehr Spaß:
Mit Musik und kleinen Sportgeräten wie Bälle, Tücher, Elastikbänder etc. bewegen wir uns aktiv auch in Sitzposition. Daher ist dieser Kurs auch geeignet für Personen, die nicht mehr so gut zu Fuß sind.

Termin: **Montag 09.05. – 11.07.2022 11:00 – 12:00 Uhr (8 Treffen)**

Gebühr: **64,00 €**

Ort: **DRK-Familienbildungsstätte,
Hindenburgstraße 38, 30175 Hannover/Zoo**

Infos per Telefon: **0511-28 000-333**

Anmeldungen: über das Kontaktformular auf unserer Homepage www.fabi.de

Anmeldeschluss am 25.04.2022