



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Bewegung im Alter

Anleitende Gymnastik- und Fitnessstipps für Senioren

Do 12.01.2023, 14.00 Uhr

Ort:

Kirchdorf am Inn, Pfarrheim St. Konrad, Hauptstr. 1 A, 84375 Kirchdorf am Inn

Regelmäßige Bewegung im Alltag trägt nachweislich zur Gesundheit im Alter und einem verbesserten physischen und geistigen Wohlbefinden bei. An diesem Nachmittag gibt's Seniorengymnastik mit Anleitung und allgemeine Fittnestipps für Senioren.

Der Seniorenclub startet in das neuer Jahr und freut sich auf rege Teilnahme. Termine: 12.01. /26.01./09.02./23.02./09.03./23.03./13.04./27.04./11.05./25.05./15.06./29.06./13.07./27.07./14.08. Kräuterbuschen binden / 17.08. Kaffeekranzerl

Änderungen möglich, bitte beachten Sie die aktuelle Veröffentlichung in der PNP

Mitveranstalter:

Seniorenclub Kirchdorf am Inn

Referentin:

Karoline Berger

Veröffentlichungsdatum: 10.01.2023

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44
Fax 08671 – 84 671
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de