



SENIOREN-55-PLUS

1. Termin: Ernährungsvortrag zum Thema „Alles im Fluss“
von Carina Schwaiberger

➔ Am **Dienstag, 15.10.24**, 14:30-16:00 Uhr in der Schulaula

2. Termin: Bewegungsnachmittag „Bewegung für die Gesundheitserhaltung:
für ein gutes Zusammenspiel – Übungen zur Stärkung der Koordination“

➔ Am **Dienstag, 22.10.24**, 14:30-16:00 Uhr in der Schulaula

3. Termin: „Mit Kraft und Balance standhaft im Leben“ –
Bewegungsnachmittag

➔ Am **Dienstag, 12.11.24**, 14:30-16:00 Uhr in der Schulaula

Hinweise zu den Veranstaltungen:

Die Teilnehmerzahl ist jeweils auf max. 15 Personen begrenzt.

Die Anmeldung erfolgt telefonisch über
das Vorzimmer (Tel.: **09424 94 24 0**)
der Verwaltungsgemeinschaft Straßkirchen.