



Bewegungstreff im Freien im Schlosspark in Schliengen

Haben Sie Lust, gemeinsam mit anderen, durch sportliche Bewegungen in der freien Natur, etwas für Ihre Gesundheit zu tun?

Zusammen wollen wir Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordination und Gleichgewicht trainieren, um eine gute Fitness im Alltag zu erhalten. Wir freuen uns über jeden, ob jünger oder älter, der bei unserem kurzweiligen, abwechslungsreichen Programm mitmachen möchte. Das Angebot ist kostenfrei, der Einstieg ist jederzeit möglich. Sportliche Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Bei Regen fällt die Veranstaltung aus.

Wir treffen uns immer

**mittwochs von 15:30 Uhr bis 16:00 Uhr
im Schlosspark in Schliengen.**

Bis bald und herzlich willkommen.

Die geschulten Anleiterinnen des Bewegungstreffs
Beate Heitz, Gerlinde Kammerer-Mayer,
Theresia Neumann, Ulla König-Mastall

Die ehrenamtliche Gruppe
Menschen für Menschen Schliengen