

"Corona-Sport"

1/2-Gruppe mehr Sicherheit

Fit "ü 40" auf dem Schulhof

Informationen zum Angebot:

In dieser Gruppe nehmen Frauen ab 40 Jahren teil.
Die individuelle Fitness wird im Stundenverlauf berücksichtigt.
Nordic-Walking, Gymnastik, Rückenschule, Aerobic, BBP,
Entspannungsübungen u.v.m. können zum Stundenangebot gehören...

Übungsleiterin:

Rosemarie Mai

Telefon:

05533/1847

E-Mail:

rosemariemai@web.de

ab sofort

dienstags von 16.00 - 17.00 Uhr

oder

donnerstags von 16.00 - 17.00 Uhr

Im Rahmen der Corona-Pandemie ist eine Anmeldung zur Teilnahme bei der Übungsleiterin erforderlich.

Start: 26.05.2020

Beide Sportangebote finden selbst dann noch bis zum Beginn der Sommerferien **auf dem Schulhof** statt, wenn die Hallen schon wieder zur Verfügung stehen. **Sport ist gesund, draußen noch gesünder.** Dieses Angebot wird von der **Finanzhilfe Niedersachsen gefördert.**

Wir freuen uns auf dich...