

Liebe Interessierte und Gäste der Winkelmühle!

**Wir möchten Sie einladen zu unserem
fortlaufenden Kursangebot:**

„Gymnastik für Seniorinnen und Senioren bis 90 +“



**Der Kurs für Ihre Gesundheit findet wöchentlich mittwochs
von 10:00 Uhr – 11:00 Uhr mit Ilona Kaut im Saal statt
(Obergeschoss, barrierefrei!).**

**Leichte Bewegungsübungen in geselliger Runde,
vorwiegend im sitzen, fördern Ihr Wohlbefinden und tragen
zur Gesunderhaltung und Sturzprophylaxe bei.**

Ein Einstieg ist jederzeit möglich! Gerne auch einfach zum
unverbindlichen, kostenfreien Kennenlernen...



**Anfragen und Anmeldungen
bitte im Büro bei Frau Schütz unter:
Telefon 06103/9875-25**

**Falls Sie einen Fahrdienst benötigen würden,
geben Sie uns bitte Bescheid.**