

Seniorenfitness

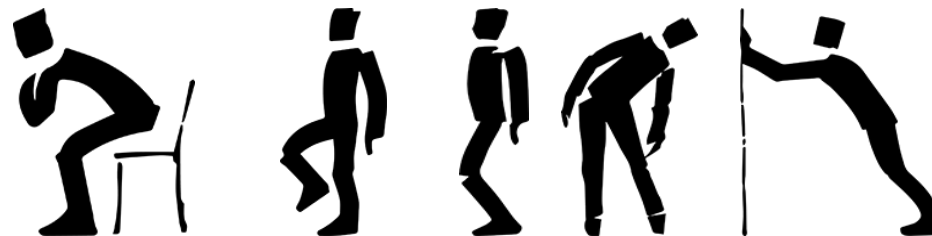
Die 5 Egglinger nach Dr. Martin Runge

Jeden Freitag von 10.00 Uhr bis 10.45 Uhr wird im Begegnungszentrum am Reinmarplatz die Beweglichkeit, sowie der Erhalt der Muskeln und Knochen bis ins hohe Alter trainiert.

Corona-Schutzmaßnahmen sind zwingend einzuhalten!

Vor Eintritt muss ein Kontaktformular ausgefüllt werden.

Voranmeldung ist dringend notwendig!



Balance, Flexibilität, Schnelligkeit, und Kraft

Jeden Freitag ab 17.07.20 : 10:00 Uhr bis 10:45 Uhr
nur mit Voranmeldung möglich, maximal 7 Teilnehmer
Leitung: Gisela Priller