



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

EINLADUNG

Bewegung im Park



**BENDORF
SEPTEMBER
2022**

Bewegung im Park

Tun Sie sich etwas Gutes! Bewegen Sie sich gemeinsam in der Gruppe an der frischen Luft. An vier Terminen erwartet Sie ein buntes Bewegungsprogramm mit Walking, Herz-Kreislauf-Training und einfachen Ganzkörpertrainingsübungen.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung. Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

TERMINE (MONTAGS)

5. September | 12. September | 19. September
26. September 2022

jeweils von 9.00 bis 10.30 Uhr

Alle Termine können unabhängig voneinander und ohne Voranmeldung besucht werden.

Alle Angebote
sind für Sie
freiwillig und
kostenfrei!

TREFFPUNKT

Bushaltestelle Sayn Schloß
Bendorf

Dies und weitere Angebote finden Sie auch unter
www.agfrlp.de/myk

