

Gesund und Mobil

Aktives Bewegungsprogramm

Donnerstags ab 10.11.2022 um 18.00 Uhr, Einstieg jederzeit möglich ohne Voranmeldung, 50 Minuten

Wir vom TSV in den Räumen der Kita Windrad in Oberreit, Elisabeth-von-Thadden-Str. 32

Ein Ganzkörpertraining zur Erhaltung und Verbesserung der aktiven und passiven Beweglichkeit.
Wir kräftigen, dehnen und entspannen mit Musik, ohne/mit kleinen Handgeräten.



**ERQUICKLICH,
BIN DABEI!**



Sportangebote im Verein für jeden in der Familie