

Tag der Senioren

Fit ab 50

Am Mittwoch, den 3. September 2008,
möchten wir Sie in unserem Vereinsheim
ganz herzlich willkommen heißen.

Unser Programm für Sie:

13.00 - 14.00 Uhr	Schnuppern an den rückenstärkenden Geräten
14.00 - 15.00 Uhr	Kaffee und Kuchen
15.15 - 15.30 Uhr	Bewegungsspiel im Garten
15.30 - 16.00 Uhr	Wie halte ich meinen Geist fit?
16.00 - 17.00 Uhr	Schnuppern an den rückenstärkenden Geräten
17.30 Uhr	Gewinnspiel
18.00 - 19.00 Uhr	Pilates zum mitmachen

Erfrischungsgetränk
gratis



**Starten Sie unser 12 Wochen-Programm,
um vital, beweglich und geistig fit zu bleiben.
Beratung rund um die Uhr.
Im Garten: Federball**

Der Seniorentag "Fit ab 50" findet im Prävention- und Rehasportverein
Rhein Neckar e. V. in der **Gaußstraße 25 in Lampertheim** statt.

Weitere Informationen erhalten Sie vor Ort oder unter Telefon 06206-155 442.

Seniorentaining findet immer mittwochs und freitags 15.00-17.00 Uhr statt
für nur 19,90 pro Monat- ohne Vertragsbindung.

*Auch und gerade Patienten mit
Vorerkrankungen, Bewegungseinschränkungen
oder nach Reha -Aufenthalt sind herzlich
willkommen bei uns.*

