

29.04.2024

**Gymnastik ++MACHEN SIE MIT, BEWEGUNG HÄLT FIT++**



Ohne Bewegung lassen im Laufe des Älterwerdens die körperlichen Funktionen nach, die Muskeln werden schwächer und die Gelenke unbeweglich,

Leitung: Marianne Rüdebusch

Kosten: 1,-€ pro Veranstaltung

Keine Kurse an Ostern und Pfingsten.

**Ort:** Seniorentreff Komm R(h)ein Rheingönheim Hoher Weg 45-47, 67067 Rheingönheim

**Datum:** 29.04.2024 / 14:00 bis 15:00 Uhr