



Smovey & mehr

ist eine Kombination aus körperlicher und geistiger Fitness

verlorene Funktionen werden reaktiviert

vorhandene Fähigkeiten werden gestärkt

Kombinationsübungen und Bewegungen mit Materialien aus dem Bereich Life Kinetik zur Verbesserung der Wahrnehmung, Motorik,

Aufmerksamkeit und Konzentration

Überprüfung der körperlichen Ressourcen und gezielte

Verbesserung

Lebenslang fit und selbstständig bleiben, das ist das Ziel von

Smovey und mehr

Kursbeginn 13.04.2023 um 18.00 Uhr in der Oberger Turnhalle

Kursleitung: Elisabeth Weiß

5 Std. à 60 Min.

Wer eigene Ringe hat, darf die gerne mitbringen, ansonsten gibt es welche von uns

Kursgebühr Vereinsmitglieder 10,00€/ Nichtmitglieder 20,00€

10 Mindestteilnehmer sollten es sein, damit wir starten

Eure verbindliche Anmeldung bitte an Anke Neukirch Tel. 05172-3378 oder ankeneukirch-fortuna@web.de

smovey
einfach bewegen.

