

Angaben zur Einrichtung

Bewegung und Spiel für Seniorinnen und Senioren

Warburghof 3

30627 Hannover

Ansprechpartner/in: **Renate Siebler**

Öffnungszeiten:

Donnerstags 15:30 - 16:30 Uhr

Telefon: **0511/168-43684**

Fax: *keine Angabe*

E-Mail: 57.22.4@hannover-stadt.de

Internet: <http://www.seniorenberatung-hannover.de>

Kurzbeschreibung:

Die Gruppe „Bewegung und Spiel: unter kompetenter Anleitung werden abwechslungsreiche Bewegungsübungen zur Dehnung und Stärkung der Muskulatur und zur Sturzprophylaxe angeboten, aber auch Atemübungen und Gedächtnistraining fließen mit ein.

Das Angebot ist kostenfrei und findet immer donnerstags von 15:30 bis 16:30 Uhr im Seniorenzentrum Warburghof 3-5 statt.

Träger der Einrichtung:

LHH, FB Senioren

II. Angaben zum Angebot

Ist eine Anmeldung erforderlich: **nein**

Wird ein Kostenbeitrag erhoben: **nein**

Das Angebot findet an folgenden Tagen statt:

Donnerstag