

Angaben zur Einrichtung

Für die Gesundheit: 3000 Schritte

Dornröschenweg --

30179 Hannover



Stadtteil / Bezirk: **Sahlkamp**

Ansprechpartner/in: **Julia Tebbe**

Öffnungszeiten:

Jeden Montag 14:30

Treffpunkt: Dornröschenweg - Baum hinter dem Wendeplatz zwischen

KiTa und Jugendzentrum

Telefon: **0511 5903540**

Fax: *keine Angabe*

E-Mail: julia.tebbe@esghannover.de

Internet: <http://www.esghannover.de>

Kurzbeschreibung:

3000 Schritte für die Gesundheit

Dieses Angebot richtet sich an alle älteren Menschen, die in Bewegung und damit fit und jung bleiben wollen. Gemeinsam gehen wir spazieren und peilen 3000 Schritte an. Barrierefreie Spaziergehroute, auch mit Rollator möglich, qualifizierte Anleitung, einfache Gymnastikübungen inklusive. Gemeinsam steigt der Spaßfaktor.