

„Beweglichkeit für Kopf und Körper“

Möchten Sie Ihren Geist und Körper fit halten?

Der Kommunale Seniorenservice Hannover bietet Ihnen ein leichtes Gehirnjogging mit Bewegungseinheiten an.

Mit Spaß und Freude passen wir uns den Möglichkeiten der Teilnehmerinnen und den Teilnehmern an.

**Dieses Training ist auch geeignet für
sehbeeinträchtigte Menschen, da wir unsere
Übungen ohne Papier und Stift durchführen!**

Wenn Sie oder Ihre Angehörigen Interesse haben, sind Sie herzlich zu einer Schnupperstunde **am 30.05.24 um 11:00 Uhr eingeladen. Um 12:00** endet die Stunde.

Die Gruppe startet dann mit einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen im Juni in der Begegnungsstätte Pfarrlandstr. 3, 30451 Hannover in Linden-Nord.
Anmeldung ab sofort möglich!

Frau Engelke-vom Bruch wird die Gruppe leiten.

Das Angebot ist kostenfrei.

Nähere Auskünfte erhalten Sie beim Kommunalen Seniorenservice Hannover, Frau Sahin, Tel.: 168 - 4 26 70.