

MOVE!

AUF GEHTS COUCH-POTATO'S!

WIR WOLLEN UNS BEWEGEN – UND DAZU MÜSST IHR NICHT MAL BESONDERS SPORTLICH SEIN. VIELMEHR GEHT ES DARUM AUF SEINE GESUNDHEIT ZU ACHTEN UND DABEI VOR ALLEM SPAß ZU HABEN.

Wir wollen:

- ❖ ...verschiedene Vereine besuchen und Sportarten austesten
- ❖ ...gemeinsam gesund kochen und backen
- ❖ ...uns draußen und in der Turnhalle bewegen
- ❖ ...Ausflüge machen z.B. Kletterhalle, Fitnessstudio

Ihr braucht:

- ❖ ...keinerlei sportliche Begabung
- ❖ ...je nach Programm sportliche Bekleidung
- ❖ ...Flexibilität - wer weiß, was wir alles unternehmen wollen...



IMMER MITTWOCHS VON 13.45 - 15.15 UHR

TREFFPUNKT IST VOR DER TURNHALLE