



Nette Nachbarn Filsen

ein Projekt des Seniorenbüros „Die Brücke“



Herzliche Einladung zu einem Kurs

ROLLATOR-FIT®

mit der Gemeindeschwester^{plus}

Yvonne Weiland in Filsen



Ziel ist die Förderung der Bewegungsgeschicklichkeit mit dem Rollator. „Am Anfang steht die Einstellung!“, einmal die Akzeptanz und ist der Rollator für die Benutzer richtig eingestellt? Inhalt des Kurses ist ein Balance-, Kraft- und Beweglichkeitstraining mit und am Rollator. Der Kurs besteht aus 6 Einheiten. Die Teilnahme geschieht auf eigenes Risiko, **Versicherungsschutz ist Privatsache!**



©Peter Gaymann

Termine: 7.11.; 9.11.; 14.11.; 16.11.; 21.11.; 23.11.22
Treffpunkt: 10 Uhr Pfarrheim Filsen, Dauer 45 Minuten
Anmeldung: bis zum 02.11.2022
bei Annemarie Reifferscheid 06773/7459
maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen
Unkostenbeitrag: 6 €