

KURS

Selbstbestimmt & kreativ

Präventionsprogramm für Seniorinnen und Senioren



ab Dienstag
14. März 2023
14.00 Uhr

Muhr
Volksschule

Kursgebühr: € 35,- für
10 Kurstermine à 1,5 Stunden

Gabriele Wieland
Referentin

Gedächtnistraining, Bewegungsübungen und die Auseinandersetzung mit aktuellen Themen des Alltags stehen im Mittelpunkt dieses Angebotes. Körper und Geist werden durch verschiedene Übungen, bei denen der Spaß nicht zu kurz kommt, aktiviert und gestärkt.

Termine: jeden Dienstag von 14. März bis 16. Mai

Diese Veranstaltung wird von der Gemeinde Muhr unterstützt.

Robert Grießner Bildungswerkleiter
Bgm. Hans-Jürgen Schiefer Vorsitzender