



FLUTHILFE-AHR E.V.

Körper-Fit-Training

für Helfer und Betroffene

Mittwoch von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr

im alvitha - Gesundheitszentrum, Peter-Jansen-Str. 16, BNA

Bewegen, Entspannen, Auftanken!

3x Schnuppern ist kostenfrei!

Dann können 10er-Karten für 30,00 € erworben werden.

Aufgrund der Raumgröße ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Bitte unter **0176/32112541** (auch WhatsApp möglich!) bei Gabi Schick anmelden.

Bitte ein Handtuch oder eine Decke mitbringen. Yogamatten und Trainingsmaterial sind vorhanden!

Es freuen sich auf Euch

*Gesundheitstrainerin
Gabi Schick
& Übungsleiterin
Michaela Wolff*

