

Offenes Angebot im **TV Vahrendorf**

Wandern „fit und gesund“



Nächster Termin am:

Sonntag, **19.** März

Start: 10.30 Uhr

Dauer: ca. 2 1/2 Stunden

Strecke: ca. 8 Kilometer

Treffpunkt: P Sportplatz Tötensen

Leitung: Andrea Peters

Die Tour beinhaltet verschiedene **Bewegungseinheiten** aus den Bereichen Funktionsgymnastik, Koordination sowie Atmung/Entspannung. **Das Tempo ist für geh-eingeschränkte Personen ungeeignet.**

Eine **vorherige Anmeldung** ist erforderlich. Die Teilnahme ist für Mitglieder der Rosengarten-Kooperations-Sportvereine kostenlos. Nichtmitglieder zahlen 7 € (vor Ort).

Bitte denken Sie an gutes Schuhwerk und bequeme, warme Kleidung.

Anmeldung/Kontakt: andrea.rosengarten@t-online.de

