



# Gymnastik für Senioren

Dienstag 15:15 – 16:15 Uhr

Gymnastik für Senioren hat zum Ziel auch mit zunehmenden Alter fit zu bleiben. Wir trainieren unsere Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit.



Bei Interesse oder für weitere Informationen wendet euch an Marina Leipold unter 0171/9287857 oder [gymnastik.spvgghessdorf@web.de](mailto:gymnastik.spvgghessdorf@web.de)