

Freie Plätze im Kurs ab 12.08.2026

„Gesund und bewegt im Alter“

**Das funktionelle Krafttraining im Alter
Gemeinsam aktiv werden/bleiben.**

Mittwoch 9.00 Uhr – 10.00 Uhr

**Begegnungsstätte Pomm 91
Pommernstraße 91
25436 Tornesch**

**Von den Krankenkassen anerkannt oder vom
Landessportverband Schleswig-Holstein
gefördert.**

Wir freuen uns auf Sie / Euch.

**Anmeldung, Information und
Übungsleitung**

**Martina Groth-Hintzke
TuS Esingen
Tel: 04121-4503630**