

Bewegung für Alle

Bewegung ist gut für die Gesundheit.
Wir bewegen uns zusammen zur Musik.
Wir machen Übungen und Spiele.



Alle ab 18 Jahren können mitmachen.
Du musst kein Sport-Profi sein. Die Übungen machen Spaß.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung.



Wie kann man mitmachen?

Bitte anmelden bei Anne Gehling, Evangelische Stiftung Alsterdorf.
Telefon: 040 – 50 77 31 66, E-Mail: anne.gehling@alsterdorf.de



	<p>Wann: Ab 07.05.2025, immer mittwochs</p>		<p>Treffpunkt: Stadtteiltreff A.G.D.A.Z. Gropiusring 43a 22309 Hamburg Steilshoop</p>
	<p>Uhrzeit: 17:00 – 17:30 Uhr</p>		<p>Kosten: Es kostet kein Geld.</p>
	<p>Kursleitung: David Böttcher</p>		<p>Bei Fragen: 040 – 50 77 31 66 oder anne.gehling@alsterdorf.de</p>