

Alltags-Fitness-Test

Freitag, den 12. April 2024



9.00 bis 11.45 Uhr Alltags-Fitness-Test für Senioren

In Kooperation mit dem MTV- „Fichte“ Winsen (Aller) bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre körperliche Fitness zu ermitteln. Somit können Teilnehmer anhand unterschiedlicher Stationen erfahren, wie sie im Vergleich zu anderen Personen abschneiden. Jede/r erfährt seinen aktuellen Stand und eine externe Einschätzung von Übungsleitern des MTV- „Fichte“.

Die Stationen sind für alle Menschen ab 60 Jahren gut zu bewältigen. Einfach mal ausprobieren...

Um Anmeldung wird gebeten. Frau Pohland, Tel. 666 789

