



Einladung zum
14. Wellnessstag für Sie und Ihn
am Samstag, 11. Mai 2024



Stadthalle Lorch, Schießhausstraße 32, 73547 Lorch

Beginn: 13.45 Uhr, Ende zirka 17.30 Uhr

Workshops: Zeitschiene 1: 14.00 – 15.30 Uhr · Zeitschiene 2: 16.00 – 17.30 Uhr



Linedance

Tanzen macht glücklich

. . . trainiert das Gedächtnis, fördert die Koordination, stärkt die Muskeln, wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislaufsystem und den Stoffwechsel aus . . .

Maria-Luise May, Linedance Trainerin

Wie der Rollator die Vereine erobern kann

Man kennt ihn aus den Reha- oder Pflege-Einrichtungen, man sieht ihn auf den Straßen: den Rollator. Die Gehhilfe, die niemand gerne benötigt, die aber so viel Lebensqualität zurückgibt, wenn man weiß, wie man damit umgeht und mit Gleichgesinnten aktiv ist. Was ihr tun könnt, um Vereinsmitglieder, die inzwischen auf die Rollator-Unterstützung mehr oder weniger angewiesen sind, wieder in die Turnhallen zu holen bzw. im Verein zu halten, könnt ihr in diesem Vortrag erfahren.

Annette Pauleit, STB Referentin



Bewirtet wird in der Pause mit Kaffee und Kuchen durch den TSV Lorch. Bitte Sportbekleidung und eine Kaffeetasse mitbringen. Unkostenbeitrag 5 Euro, vor Ort zu bezahlen, ohne Verpflegung

Anmeldeschluss: 1. Mai 2024

Schriftliche Anmeldung: **Turngau Rems-Murr
Geschäftsstelle**

Rathausplatz 5, 73635 Rudersberg
Tel. 0 71 83 / 18 39 98 - 0,
E-Mail: info@turngau-rm.de



In Kooperation mit:

