

Turngruppe des Zweigvereins Merching

Die Turngruppe des KDFB-Zweigvereins Merching startet nach den Sommerferien **am 15. September** mit neuem Elan in den Herbst.

Wir turnen vor allem im Sitzen und wollen gemeinsam Spaß an moderater Bewegung haben. Von kleinen Handgeräten (Ball, Tuch, Poolnudeln) über Bewegtes Gehirnttraining (Neurokinetik®) bis hin zu einfachen Sitztänzen. Wichtig ist uns die Gemeinschaft, miteinander zu lachen und in Schwung zu bleiben. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich, nur Lust an der gemeinsamen Bewegung und Offenheit für neue Ideen. Lassen Sie sich überraschen!

- Wann?** Jeden Mittwoch von 17:00-18:00 Uhr
(außer in den Schulferien)
- Wo?** Im Pfarrsaal in Merching
- Wer?** Interessierte Frauen ab 65 Jahren
- Was?** Gymnastik (vor allem im Sitzen)

Sie können die Information gerne auch an Freundinnen und Bekannte weitergeben. Wir freuen uns auf altbekannte und neue Gesichter.

Leitung Kerstin Mayer
Übungsleiterin C (Breitensport), Neurokinetik®-Trainerin

Weitere Informationen unter: www.frauenbund-merching.de

oder bei Gerti Wiedemann (Tel. 08233/1789)