

TuS 1971
Beeck e.V.



KreisSportBund
Heinsberg e.V.



Beeck in Bewegung!

Neues Bewegungsangebot
für die Generation 60+

ab 11. September 2018

Eine Kooperation des KreisSportBundes Heinsberg e.V.
und des TuS 1971 Beeck e.V.



Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen





Mit Schwung ins Alter

Gymnastikangebot für Frauen und Männer ab 60+

Wann: dienstags, 11.09. - 04.12.2018, 11:15 - 12:15 Uhr

Wo: St. Vincentius Haus an der Kirche (Pfarrsaal),
Kirchplatz 13 in Wegberg-Beeck

Übungsleiterin: Ulrike Peters

Es ist nie zu spät, Bewegung ins Leben zu bringen und damit länger fit und mobil zu bleiben. Wir tun etwas für unsere körperliche und geistige Gesundheit mit einem individuell angepassten und variierendem Bewegungsangebot:

Gymnastik im Sitzen, im Stand, mit Bällen, Bändern, Tüchern oder kleinen Gewichten, Koordinations-, Gleichgewichts- und Konzentrationsübungen.

Weitere Infos erhalten Sie beim Vorsitzenden des TuS Beeck, Herr Johannes Heinen, 0 24 34 - 64 46.

**Kostenfrei
im o.g. Zeitraum.**

**Keine Vereinszugehörigkeit
erforderlich. Einfach
vorbeikommen und
mitmachen.**

KreisSportBund Heinsberg e.V.

Geschäftsstelle:

Valkenburger Str. 45
52525 Heinsberg
Tel. 0 24 52 90 40-05
Fax 0 24 52 90 40-10
E-Mail Info@ksb-heinsberg.de
www.ksb-heinsberg.de

Öffnungszeiten:

Mo., Fr.: 9.00 Uhr - 14.00 Uhr
Mi.: 9.00 Uhr - 16.00 Uhr
Do: 12.00 Uhr - 16.00 Uhr