VitaFit

TuS GLARUM

Start **04.11.2026**

Wer?	Wo?	Wann?
Erwachsene ab 60 Jahre	Alte Apotheke Grafschaft	Mittwoch 17:00 bis 18:00

Neues Angebot

Sanftes Fitnesstraining für ein vitales Leben – auch im fortgeschrittenen Alter

langsame Bewegungen
mit fließenden Übergängen
für schonenden Kraftaufbau

Starke Mitte, konzentrierte Atmung, bewusste Haltung

bitte eine eigene Matte mitbringen

INFOS über ANKE JUNG
TEL.: 04423 / 99 20 695

www.tus-glarum.de