Walking-Gruppe

Wöchentlich am Montag um 9 Uhr (ca. 1 Std.)

Treffpunkt beim Clever-Fit-Fitnesstudio auf dem Parkplatz beim Weißenburger Kaufland
(Eichstätter Str. 29 a)

Man sagt: „Bewegung ist das halbe Leben“, aber oft genug, kann man sich alleine nicht so recht aufraffen. Dann könnte die Walking-Gruppe etwas für Sie sein. Ob mit oder ohne Stöcke im moderaten Tempo die Woche mit einer kleinen Laufeinheit beginnen, nebenbei neue Kontakte schließen und sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten.

Hinweis: Die Gruppe wird nicht professionell angeleitet.

Wer Lust hat, gemeinsam eine Runde zu drehen, kommt einfach zum Treffpunkt.

Bei Fragen melden Sie sich unter
Kiss Weißenburg•Gunzenhausen
(Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen)
unter **Tel. 09141 / 97 62 172 oder weissenburg@kiss-mfr.de**