



Denken und Bewegen 60 +



Foto: privat

Gehirntraining zu Fuß

Für alle über 60, die etwas für sich tun wollen

In Bewegung funktioniert das Gehirn besonders gut. Das machen wir uns zu Nutze und gehen in moderatem Tempo, während wir gleichzeitig verschiedene Denkaufgaben absolvieren. Stöcke können zur Unterstützung mitgenommen werden, müssen aber bei Übungen zwischendurch zur Seite gelegt werden. Bitte an wetterfestes Schuhwerk und Bekleidung denken.

Termin: **jeweils Montag ab 16. April, 8 mal**

Kurs 1: **8:00 - 9:00 Uhr**

Kurs 2: **17:30 - 18:30 Uhr**

Treffpunkt: **Parkplatz beim Tennisplatz Steyregg**

Beitrag: **Euro 65,-**

Nähere Infos und Anmeldung bis spätestens 11.4.

Tel.: 0664/7379 1828 oder info@geistigaufbluehen.at

