

Kurs 11



Ort

Stiftung MBF
Rüchlig
4332 Stein



Leitung

Jacqueline Rüede
079 359 81 73

Kosten

Fr. 105.-

Anmelde-Schluss

1. Oktober 2024

Bewegen macht fit

Sie bewegen sich gerne.
Sie hören gerne Musik.
Sie lernen gerne andere Menschen kennen.
Sie lernen neue Übungen und tanzen zur Musik.
Sie haben Spass.
So bleiben Sie fit und beweglich im Alltag.

Mitbringen

Rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, Getränk

Daten und Zeiten

■ Dienstag

Gruppe A 13.00 bis 14.20 Uhr

Gruppe B 14.40 bis 16.00 Uhr

Oktober **15. / 22. / 29.**

November **05. / 12. / 19.**