



Die Bewegungsinitiative für Ältere

„Mach mit - bleib fit!“

Die Bewegungsinitiative für Ältere vom Hamburger Abendblatt und dem Hamburger Sportbund gibt es nun auch bei uns.

Gagfah-Hesse-Haus, Gustav-Seitz-Weg 2, 22309 Hamburg

Turnhalle im UG

Das bedeutet: sanfte Gymnastik, um beweglich und mobil zu bleiben, Spaß in der Gemeinschaft und neue Kontakte.

Jeden Dienstag um 15:00 Uhr

in der Turnhalle des Gagfah-Hesse-Hauses

Der Kursus wird von Frau Kathrin Kujath vom Bramfelder Sportverein durchgeführt. Kostenbeitrag 2,- € pro Trainingsstunde.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an die Hausleitung im

Gagfah-Hesse-Haus: Frau Jasmin Birdöner

Tel.: 040 - 630 06 97

Der Einstieg in die Bewegungsgruppe ist jederzeit möglich!