



Geh-Treff

Bewegt ÄLTER werden
in Steinhausen

Einfach mal mitgehen!

Gehtreffs laden zu Spaziergängen ein!

Gemeinsam spazieren gehen macht Spaß und ist gleichzeitig gesund! Wer sich auch im fortgeschrittenen Alter gemeinsam mit anderen an der frischen Luft bewegen möchte, für den sind die Gehtreffs in Steinhausen genau das Richtige.

- Spaziergänge - ca. 1 Stunde - nicht zu schnell, nicht zu langsam - mit Pause(n)
- Auf die Gruppe angepasste Runden durch Quartier, Natur und Umgebung
- Spaß und ein nettes Miteinander

Unsere geschulten, ehrenamtlichen Gehtreff-Paten freuen sich darauf, Sie bei Ihren Spaziergängen zu begleiten.

Die Teilnahme ist kostenfrei! Anmeldungen sind nicht erforderlich!

Informationen: Bianca Kersting, Tel. 05204 / 997 209

Das Angebot ist eine Initiative der Gemeinde Steinhausen im Rahmen des Projektes „Jung trifft Alt“ in Zusammenarbeit mit der Realschule Steinhausen und der Spvg. Steinhausen.

Wann
Jeden Montag,
15.30 Uhr

Treffpunkt
Rathaus Steinhausen
Vorplatz

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



KREISSPORTBUND GÜTERSLOH
Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen



Familiengerechte Kommune
Steinhausen
Zertifikat bis 06/2017