



Katholische Erwachsenenbildung  
im Landkreis Deggendorf e.V.

## **Gymnastik für Frauen**

**immer mittwochs von 18.00 bis 19.15 Uhr, Ferien ausgenommen**

**Ort:**

Hengersberg, 94491 Hengersberg, Turnhalle, Rohrberg

Diese Gymnastik hilft, die Beweglichkeit zu erhalten bzw. zu verbessern. Jede Frau bringt andere Voraussetzungen mit, deshalb werden mit den Teilnehmerinnen angepasste Übungen durchgeführt. Ob Anfängerin oder Fortgeschrittene, alle sind willkommen! Bei den abgerundeten Kursstunden kommt die Freude in der Gruppe nicht zu kurz. Bitte bequeme Kleidung und Gymnastikschuhe o. ä. mitbringen.

**Mitveranstalter:**

KDFB

**Referent/in:**

Sabine Loher

**Kosten:**

1,50 Euro/Treffen

**Veröffentlichungsdatum:** 23.01.2023

**Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.**

Gundelauer Str. 7  
94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28  
Fax 09901 902880  
keb.deggendorf@bistum-passau.de  
www.keb-deggendorf.de