

Bewegungsangebot 65+

Mit Antje Wagner-Ehlers

Dienstags, 16.00 – 17.00 Uhr (ab 15.11.2022)

Ort: Café Schweizer Viertel / bras e.V., St.-Gotthard-Straße 37, 28325 Bremen

Leichte Bewegung zur Stärkung der Arm-, Bein- und Rückenmuskulatur und Erhaltung der Beweglichkeit.

Die Übungen sind im Sitzen oder Stehen möglich.

Keine Vorkenntnisse notwendig!

Anmeldung:

Im Café Schweizer Viertel, Telefon 0421 988 948 56

Ein Angebot von:

[bras e.V. – arbeiten für bremen](#)

Veranstaltungsort:

Café Schweizer Viertel

Adresse:

St.-Gotthard-Straße 37

28325 Bremen

Ansprechperson:

Joanna Hakki

Telefon:

0421 988 948 56

E-Mail-Adresse:

joanna.hakki@bras-bremen.de

Internetadresse:

www.bras-bremen.de

Nächste Termine:

- 21.01.2025, 16:00 – 17:00
- 28.01.2025, 16:00 – 17:00
- 04.02.2025, 16:00 – 17:00
- 11.02.2025, 16:00 – 17:00
- 18.02.2025, 16:00 – 17:00

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

Teilnahme kostenlos