

## Neuer Fitnesskurs sorgt für Bewegung

Die Awo-Familienbildung bietet den Kurs „Fitness light“ für bewegungsfreudige Menschen an, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten. Er findet immer donnerstags in den Räumen an der Bügelstraße 25 statt. Los geht es am 27. April um 18.50 Uhr, das Angebot dauert etwa eine Stunde in der Woche. Ein gelenkschonendes sowie wirbelsäulenfreundliches Programm steht auf der Tagesordnung. Es ist für alle Teilnehmer geeignet, die an ihrer Ausdauer und Kondition arbeiten wollen. Das Angebot umfasst neun Termine, der Preis beträgt 29,70 Euro. Weitere Informationen zum Programm gibt es unter der Nummer ☎ 70 949 23.