



13. - 17. Oktober

Mo

09.00 Uhr - 09.45 Uhr

**Guten - Morgen
Sitzgymnastik
mit dem Terraband**

10.15 Uhr - 11.15 Uhr

**Gedächtnis-
training**

Di

Heute kein
**Wieder-Fit
Angebot**

Mi

09.00 Uhr - 09.45 Uhr

**Guten - Morgen
Sitzgymnastik
mit dem Handtuch**

10.15 Uhr - 11.15 Uhr

**Sturzprophylaxe-
training**

Do

09.00 Uhr - 09.45 Uhr

**Guten - Morgen
Sitzgymnastik
mit dem Gymnastikstab**

10.15 Uhr - 11.15 Uhr

**Hilfsmittel für den
Alltag**

Fr

09.00 Uhr - 09.45 Uhr

**Guten - Morgen
Sitzgymnastik
mit dem Ball**

10.15 Uhr - 11.15 Uhr

**Bewegung für
Geist
und Körper**



