

Bewegungs-Spaziergang

„WIB“ = Winsen in Bewegung

Ein Bewegungsspaziergang über ca. 60 Minuten, auf dem wir die eine oder andere
Gesundübung einfließen lassen. Mit bequemer Kleidung und festen Schuhen kann jeder,
der älter als 50 Jahre ist, kostenlos mitmachen.
Angeleitet wird der Spaziergang von ausgebildeten Übungsleitenden.

Ohne
Anmeldung

Wann? **donnerstags, Januar + Februar 2022, jeweils ab 10:00 Uhr**
Start: **12.01.2022**

Wo? **Treffpunkt am „Luhe-Treff“, Deichstr. 30, 21423 Winsen (Luhe)**

Jeder 50+
kann
mitmachen

Die Veranstaltung gehört zu dem Projekt „Aktiv gesund älter werden“
der AOK Niedersachsen und dem LandesSportBund Niedersachsen.
Ziel ist es, stadtteilbezogene Bewegungsangebote, die sich an den Bedürfnissen
der älteren Menschen orientieren, zu unterstützen.

Veranstalter:
LandesSportBund Niedersachsen e.V., KreisSportBund Harburg-Land e.V.
Stadt Winsen
AOK Niedersachsen

Gesund an
der frischen
Luft

Kostenlos
ausprobieren