

Mit-Mach-Tag

Aktiv und gesund
älter werden

Sonntag, 3. Juni 2018

9 - 12 Uhr

TV Cloppenburg | Schulstr. 10 | Cloppenburg

> Galerie - Vereinsangebote

ABC der Vereinsangebote für Ältere in der OM-Region

> Alltags-Fitness-Test

mit sechs Stationen, die Kraft und Beweglichkeit erforderten

> Bewegungsparcour

mit kniffligen und motivierenden Bewegungsaufgaben

> Und noch Vieles mehr

Bestimmung des biologischen Alters, Ernährung, Koordinationsstation, Austausch mit Experten, Bewegungswunschbox

www.sportregion-om.de

