

Pressemitteilung

07.07.2025

Landkreis - Gesundheit

Gesundes Gehirn: Fitness für Kopf und Körper

Unterallgäu. Was können wir für unsere Gehirngesundheit tun? Um diese Frage dreht sich ein Workshop am Montag, 28. Juli, von 18 bis 19.30 Uhr im Landratsamt Unterallgäu, Bad Wörishofer Straße 33 in Mindelheim, Raum 400. Die Teilnehmenden erfahren, was sie speziell für ihr Gehirn tun können und wie sich Bewegung und Wahrnehmung auf ihr Denken auswirkt. Neben der theoretischen Basis zeigt Gesundheitscoach Isabelle Hetschko Übungen, die das Gehirn in Schwung bringen.

Anmelden kann man sich online unter www.unterallgaeu.de/veranstaltungen.

Anmeldeschluss ist der 18. Juli. Weitere Informationen gibt es unter Telefon (08261) 995-412.

Landratsamt Unterallgäu
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Bad Wörishofer Str. 33
87719 Mindelheim

Tel.: (08261) 995-248
Fax: (08261) 995-249
E-Mail: pressestelle@lra.unterallgaeu.de

Internet: www.unterallgaeu.de

ausgehängt: 07.07.2025
abgenommen: 21.07.2025