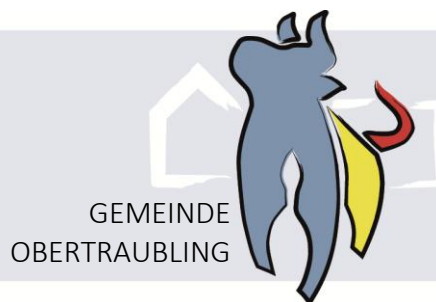




Information

„Bewegung und Kräftigung für den Alltag“

Ein Schnupperkurs für die Generation 60plus

am

Donnerstag, den 13. November 2025

von 13.00 Uhr bis 13.45 Uhr

im Mehrzweckraum (Bürgerbüro)

(Landshuter Straße 8, 93083 Obertraubling)

Der Schwerpunkt der Seniorengymnastik für Damen und Herren des SV Obertraubling mit der Gruppenleiterin Frau Zimmermann liegt auf präventiver Gymnastik, Osteoporose-Prävention, Wirbelsäulengymnastik, Atem- und Koordinationsübungen sowie leichter Ausdauerschulung.

Die Übungen werden auf einem Stuhl durchgeführt. Für diesen kostenlosen Schnupperkurs ist keine Anmeldung erforderlich.

Gerne informieren wir Sie über dieses Angebot, das im Rahmen der Wanderausstellung „Daheim wohnen bleiben – sicher und selbstbestimmt“ in unserer Gemeinde stattfindet, und wünschen allen Teilnehmern/Teilnehmerinnen viel Freude und Spaß.

Ursula Schmid
Quartiers- und Generationenmanagement

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

IMPRESSUM:
Veranstalter: Gemeinde Obertraubling,
Josef-Bäumel-Platz 1, 93083 Obertraubling.
Kooperation: SV Obertraubling, Frauen- und
Seniorenabteilung, Seniorengymnastik
Haus-Druck: Gemeinde Obertraubling,
Landshuter Straße 8, 93083 Obertraubling



Tagesaktuelle Neuigkeiten
und Veranstaltungen aus
Obertraubling finden Sie
in unserer „Heimat-Info“ App.



X	Aushang:	angeheftet am: 21.10.2025
		abgenommen am: 25.11.2025
X	Presse:	MZ, via Post/Mail am: 17.10.2025
		WE: 25./26.10. & 01./02.11.2025
X	Internet:	an SG 10.6 am: 17.10.2025
		eingestellt von 10.6 am: 21.10.2025