



PRESSE-MELDUNG

AWO Familienbildung:

Sittanz für Senioren: Marmor, Stein und Eisen bricht....

Die AWO Familienbildung startet in dieser Woche mit dem neuen Kursprogramm und es sind noch einige Plätze zu vergeben:

Im Kurs **Marmor, Stein und Eisen bricht: Sittanz für Senioren** werden nach Musik der 50er- und 60er-Jahre die Beweglichkeit, das Herz-Kreislaufsystem und die Gedächtnisleistung in Schwung gebracht.

Die Übungen können bequem zu Hause weitergeführt werden.

Der Kurs **startet am 30.01.2017** und findet immer von 15:00-16:30 Uhr in der AWO-Familienbildungsstätte, Bügelstraße 25 statt.

Der erste Termin ist kostenlos, der Anschlusskurs (8 Termine) kostet 32,00 €.

Nähere Infos und Anmeldung im AWO-Stadtbüro, Tel. 70949-23

Bottrop, 17.1.2017