



PRESSE-MELDUNG

AWO Familienbildung: 45 Jahre fit durch Seniorengymnastik

Die Seniorengymnastikgruppe der AWO Familienbildung, die seit 1972 (!) von Karin Wolf-Müller geleitet wird, feierte im März im Café „Ma wat anderes“ ihr 45-jähriges Bestehen (Foto).

Besonders begrüßt wurde eine 90-jährige Teilnehmerin, die seit 15 Jahren dabei ist und somit beweist: Es ist nie zu spät, mit Bewegung zu beginnen.

Die Damen blicken auf eine lange Tradition des „Miteinander-Turnens“ zurück: Ob mit Theraband, Stäben, Hanteln oder Reifen, Hauptsache, es macht Spaß. Begonnen hatte die Gruppe noch mit Sportgeräten aus alten Strumpfhosen, die zu Bändern geflochten wurden ...

Interessierte sind herzlich willkommen! Nähere Infos bei Martina Leßmann im AWO Stadtbüro, Tel. 70949-24.

Gelsenkirchen, 17. März 2017