

WAZ Bottrop, 16. August 2018

Am Bewegungstag stellt Awo Kurse vor

Zumba, Pilates, und Qi-Gong ist bei der AWO-Familienbildungsstätte Programm. Einige der Kurse werden beim Bewegungstag im Eigen am Mittwoch, 29. August, ab 15.30 Uhr an der Bügelstraße 259 kostenlos als Schnupperangebot durchgeführt. Es sind in einigen Kursen noch Plätze frei. Beim Zumba kann das Sommergefühl mit fetzigen Rhythmen erlebt werden. Durch Qi-Gong werden neue Energien frei gesetzt und Gelassenheit eingeübt. Pilates ist eine wohltuende Kombination aus Muskelent- und -anspannung.

Auskunft gibt es in der AWO-Familienbildungsstätte an der Gladbecker Straße 22, ☎ 70949-23