



VfL – Kursangebot



Wohlfühlgymnastik (nur für VfL-Mitglieder)

Sitzgymnastik kann für Senioren mit oder ohne Einschränkungen ein sanfter Weg sein um Muskulatur aufzubauen und zu erhalten, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern und sich fit zu halten.

Termin

Tag	Montag
Uhrzeit	18.00 – 19.00 Uhr

Ansprechpartner

- **Karin**– Rückfragen: 09835/665
- **Constanze** – Rückfragen: 0160/7811915

Hinweis: Änderungen (z. B. Ferien/Feiertage) werden auf der Homepage bekanntgegeben.

VfL • [Wittelshofener Straße 39, 91725 Eching] • [+49 1704805770] • [[E-Mail](#)] • [www.vfl-ehingen.de]