



---

Pressestelle, Ansprechpartner: Marcel Roßmann, Rathausplatz 1, 67454 Haßloch

## **Neues Angebot des Seniorenbeirats: Fitness für Kopf und Körper**

**Haßloch, den 16.06.2022**

Sehr geehrte Damen und Herren,

wie Einkaufszettel das Gedächtnis trainieren und Hausarbeit fit macht – das sind nur zwei Ansätze, die in dem neuen Angebot des Seniorenbeirats beleuchtet werden sollen. Eingeladen sind alle, die sich neuen Schwung und Anregungen für ihren Alltag wünschen. Durch die Kombination von Bewegungs- und Gedächtnistraining erhöhen sich die Selbstachtsamkeit und das Gespür für den eigenen Körper. Elemente aus Sturzprophylaxe und Gehirnjogging sowie die Freude am Tun und die Gemeinschaft stehen im Vordergrund. Das Angebot findet monatlich und bei schönem Wetter auch im Freien statt.

Der Startschuss für das neue Angebot fällt am 13. Oktober 2022 um 14:30 Uhr. Veranstaltungsort ist der Mehrzweckraum in der Pfalzhalle. Kursleiterin ist Irina Heller (Systemischer Naturcoach). Da die Gruppengröße auf maximal 15 Personen beschränkt ist, ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Diese nimmt Beate Gebhard-Diehl aus dem Seniorenbüro entgegen (06324-935 359). Sie steht auch bei Fragen rund um das neue Angebot zur Verfügung.

Über eine Bekanntmachung in Ihrem Medium würden wir uns freuen.

Mit den besten Grüßen

Marcel Roßmann  
Pressestelle Haßloch  
Tel.: 06324-935 377