

Bewegung tut gut!

Bewegung macht fit!

Bewegung macht Spaß!

Komm und beweg Dich mit



Mit Bewegung fühlen wir uns wohler und gesünder und es macht Spaß, am meisten in der Gruppe. Bewegung ist vielfältig!

Das kann Bewegung sein:

- Basketball und Streetball
- Federball oder Frisbee spielen im Park
- Stadt Rallye
- Geocaching
- Fahrradausflüge
- Tanzen
- Und vieles mehr ...

Du hast Freude an Bewegung und möchtest diese gerne mit anderen teilen?

Es fehlt aber noch ein passendes Bewegungsangebot in Deinem Stadtteil oder Deiner Nachbarschaft und

Du hast schon eine Idee oder Lust auf was Neues?

Dann werde aktiv und melde dich zu unserer Fortbildung an. Gestalte Dein eigenes Angebot. Bringe gemeinsam mit anderen mehr Bewegung in den Alltag.

Melde Dich einfach bei uns, wir unterstützen Dich dabei:

Bei uns erfährst Du mehr zu den Themen:

- Gesundheit
- Bewegung, z.B. wie Bewegungsangebote aufgebaut und angeleitet werden
- Erste Hilfe

Gemeinsam suchen wir andere, die sich auch gerne bewegen und mitmachen möchten
Du erhältst eine Ehrenamtsvereinbarung und bist über uns versichert

Du bist dabei? Dann melde Dich bei uns:



Ländliche Erwachsenenbildung in Sachsen-Anhalt e. V.
Kreisarbeitsgemeinschaft Harz
Burgstraße 1, 38855 Wernigerode

Ansprechpartnerin: Dörthe Schröder 03943 557910, kag-harz@leb.de

Ein Projekt der:



Gefördert von den gesetzlichen Krankenkassen:



