

# PRESSEMITTEILUNG



STADT MENDEN (SAUERLAND)

---

Ansprechpartner/in: Frau Marita Lehnhardt  
Abt.: Schule, Sport und Soziales  
Seniorentreff  
Tel.: 02373 903 1298

29.06.2015

## **Vorbeugende Osteoporosegymnastik** Kursangebote im Städtischen Seniorentreff und in Lendringsen

Diese Angebote richten sich an Frauen, die das Problem „Knochenverlust“ in den Griff bekommen wollen. Zum Aufbau und zur Erhaltung gesunder Knochen leistet gezielte und sinnvolle Gymnastik einen wichtigen Beitrag. Körperliche Aktivität lindert nicht nur Beschwerden, sondern trägt zur Förderung des Knochenstoffwechsels bei.

—  
**Beginn: Montag, 20. Juli 2015 im Seniorentreff, Neumarkt 3**

—  
**Kurs 1 von 09.15 - 10.15 Uhr**

**Kurs 2 von 10.30 - 11.30 Uhr**

**und Mittwoch, 22. Juli 2015 in Lendringsen in der Fischkuhle von 10.00 – 11.00 Uhr**

**Kursgebühr: 27,50 € für 10 Vormittage**

**Kursleiterin: Gerhild Jäger**

**Auskunft und Anmeldung ab sofort im Büro des städtischen Seniorentreffs Menden, Neumarkt 3, Tel.: 903-1298.**

---

### **Stadt Menden (Sauerland)**

Neumarkt 5  
58706 Menden  
Tel.: 02373 903 0  
[www.menden.de/presse](http://www.menden.de/presse)

### **Pressekontakt**

Manfred Bardtke                      Hannelore Pifczyk (Stellvertreterin)  
Tel.: 02373 903 369                      Tel.: 02373 903 302  
Fax: 02373 903 386                      Fax: 02373 903 386  
E-Mail: [presse@menden.de](mailto:presse@menden.de)