

PRESSEMITTEILUNG



STADT MENDEN (SAUERLAND)

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

17.07.2015

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

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	