

# PRESSEMITTEILUNG



STADT MENDEN (SAUERLAND)

---

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

28.11.2016

## **Vorbeugende Osteoporosegymnastik** **Kursangebote im Städtischen Seniorentreff**

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, 09. Januar 2017 im Seniorentreff, Neumarkt 3**  
**von 09.15 - 10.15 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**

Johannes Ehrlich  
Tel.: 02373 903 1369  
Fax: 02373 903 10-1369  
E-Mail: [presse@menden.de](mailto:presse@menden.de)