



Sturzprävention nicht nur für Senioren/-innen



Berlin Kreisverband
Südost e.V.

Stabil stehen, stabil gehen!

Wie kann ich mein Gleichgewicht verbessern und Stürze vermeiden?

Mit Balance-, Kraft und Koordinationstraining.
Bleiben Sie aktiv und kommen Sie vorbei!

Wann? Jeden Mittwoch, 10 – 11 Uhr

Start: 13. November 2024

Das Angebot ist kostenlos.

Ohne Anmeldung. Wir freuen uns auf Sie!

AWO "Am See"

Bildungs- und Begegnungsstätte

Müggelseedamm 244

12587 Berlin

Tel.: 030/ 645 194 45

hausamsee@awo-suedost.de

Wir freuen uns auf Dich!