

Mobil bleiben, Freude erleben,
neue Kontakte finden

Bewegung ist Leben!



Abbildung: Turnverein 1848 Villingen e.V.

Infos zu weiteren Angeboten in
Villingen-Schwenningen und
dem Schwarzwald-Baar-Kreis
erhalten Sie bei folgenden Stellen:

- Amt für Familie, Jugend und Soziales
- Krankenversicherungen
- DRK-Kreisverband VS
- Landratsamt / Gesundheitsamt
- Vereine (Turnverein 1848 Villingen e.V.)
- Volkshochschulen

Fit bleiben bis ins hohe Alter!

Ein vielseitiges Bewegungsangebot und Freizeitgestaltung des Turnvereins 1848 Villingen e.V. Dazu gehört nicht nur Gymnastik mit toller Musik, Übungen mit dem Hocker, Koordinations- und Gleichgewichtstraining, Dehnen, Mobilisieren sondern auch Gedächtnistraining, tolle Ausflüge, leichte Wanderungen sowie Sommer- und Weihnachtsfest.

Ort: VS-Villingen, Romäusring, Romäushalle

Dienstags um 19.15*bis 20.15 Uhr mit Lilo Singer
*von Ostern bis zu den Herbstferien ab 19 Uhr
Teilnahme auch für TV-Nichtmitglieder und Neueinsteiger geeignet.

Fahrdienst: Wir bringen Sie zur Bewegung und Organisieren Ihre Hin- und Rückfahrt zur Sportstunde. Infos zum Fahrdienst des Turnvereins von 9 bis 11 Uhr unter Tel. 07721 / 26408. (Für die Fahrt zur Sporthalle und zurück nach Hause wird eine kleine Spende erbeten).

Gymnastik und Spaß für Ältere

mit dem DRK-Kreisverband Villingen-Schwenningen Für Bewegung, Sport und Spaß im gemeinschaftlichen Kontakt mit Gleichaltrigen steht die DRK-Senioren-gymnastik in Villingen. Die Übungen fördern Ausdauer und Konzentration, halten fit und beweglich und machen vor allem Spaß. Musikalisch untermalt und unter Einsatz von kleinen Geräten verbessern die Teilnehmer/innen ihre körperlichen und geistigen Fähigkeiten und lernen nette, gleichgesinnte Altersgenossen kennen.

Ort: VS-Villingen, Benediktinnerring 9

Donnerstags um 9 bis 10 Uhr und 10 bis 11 Uhr
mit Heike Götz

Weitere Infos: Beate Walkner, Tel. 07721 / 898823

Weitere Infos zum Kooperationsprojekt:

Amt für Familie, Jugend und Soziales: Tel. 07721 / 822157

Landratsamt/Gesundheitsamt: Tel. 07721 / 9137193

