



StadtSportBund
Dortmund

Aktionstag Bewegung und Gesundheit — Brünninghausen

11.04. 2019

Wieviel Bewegung
und welche Bewe-
gung ist gut für meine
Gesundheit ?

10.00 Uhr Vortrag*

**11.00 Uhr Fitnesstest und
Beratung zum Gesund-
heitssport**

12.00 Uhr Vortrag*

**13.00 Uhr Fitnesstest und
Beratung zum Gesund-
heitssport**

*Die Bedeutung der Bewegung im
Alter und für die Gesundheit,
Iris Peters, Dipl. Sportlehrerin,
StadtSportBund DO e. V.



Im Rahmen des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



**Mergelteichstraße 31
44225 Dortmund
Veranstaltungssaal
Erna-David-
Seniorenzentrum**