

## Aktionstag Bewegt ÄLTER werden in Brackel

## 19.09. 2019 Freizeit bewegt und aktiv gestalten

## Informationen zu

- Angebote der Sportvereine in Brackel für Ältere
- Beratung Sport bei Erkrankungen (kostenloser Rehasport)
- . Arm- und Beinkrafttest
- Tipps für mehr Bewegung im Alltag
- Bewegung für den Kopf:Riesen-Vier-Gewinnt

Start ab 11.30 Uhr
Bauerstr. 10
44309 Dortmund
Arent Rupe
Gemeindehaus Brackel
Für das leibliche Wohl ist gesorgt!



Im Rahmen des Programms "Bewegt ÄLTER werden in NRW!" des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:



Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen

