



Schwäbischer
Albverein

Ortsgruppe Wannweil



Bild: fietzfotos Pixabay

Gesundheitswandern

Dreimal im Jahr bietet der Wannweiler Albverein am Freitagnachmittag Gesundheitswandern mit Übungsleiterinnen an. Das Sportangebot als Kombination von Wandern mit leichter Gymnastik im Freien ist sehr aktuell. Wir laden auch Jüngere (gerne mit Kindern ab 8 Jahren mit Begleitung) sowie Ältere dazu ein am

**Freitag, 4. April von 16 Uhr bis ca. 18 Uhr,
Treffpunkt und Rückkehr: Parkplatz oberhalb
Kleintierzüchterheim Wannweil, Gewand Warth 1.**

Bitte an bequeme Kleidung und Schuhe sowie etwas zum Trinken denken. Wer möchte, gerne mit Walking-Stöcken.

Unser Weg geht zunächst in Richtung Jägerplatz. Unterwegs machen wir ein paar Mal Halt für Übungen, die Koordination und Beweglichkeit fördern. Tiefe Atmung in der wohltuenden Waldluft lässt uns relaxen und den Alltagsstress vergessen.

**Auch wer nicht im Albverein ist, wird herzlich eingeladen.
Bei Regen fällt die Wanderung aus.**

Übungsleiterin ist Bärbel Kasper. Tel. 5 43 64