



Schwäbischer
Albverein

Ortsgruppe Wannweil



Gesundheitswandern

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

Freitag, 27. März von 17.00 Uhr bis ca. 18.30 Uhr
Treffpunkt und Rückkehr: Parkplatz Gemeindehaus
Einfahrtstraße, Wannweil

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

Wir wandern an den Tennisplätzen vorbei auf die Degerschlachter Höhe. Unterwegs machen wir ein paar Mal Halt für Übungen, die Koordination und Beweglichkeit fördern. Tiefe Atmung in der wohltuenden Waldluft lassen 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

