

Wegbeschreibung:

Bahn: Fußweg Bahnhof – Sporthalle des Gymnasiums am Hoptbühl, Villingen:

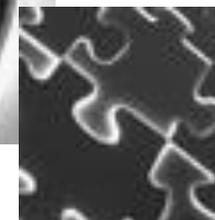
Beim Verlassen des Bahnhofs gehen Sie nach rechts bis zum Ende des Busbahnhofs. Dort über die „Schneckenbrücke“ (Fußgängerbrücke) zum Landratsamt. Vor dem Landratsamt wählen Sie den Fußweg nach rechts und der diagonale Weg ca. 100 m über die Rasenanlage bringt sie direkt zum Haupteingang zur Sporthalle. (Wegzeit ca. 10 Minuten)

PKW: Kommend aus Richtung Offenburg folgen Sie der B33/E531 und verlassen die Bundesstraße bei der Ausfahrt Villingen Mitte. Am Ende der Ausfahrtstraße links abbiegen Richtung Stadtmitte. Nach der zweiten Ampel links in die Güterbahnofstrasse und vor der Auto-Waschanlage links zum Parkplatz des Gymnasiums hochfahren. Nun gehen Sie über den Schulhof, an dessen Ende sich der Haupteingang der Sporthalle befindet

Kommend aus Richtung Donaueschingen folgen Sie der B33/E531 und verlassen die Bundesstraße bei der Ausfahrt Villingen Mitte. Am Ende der Ausfahrtstraße links abbiegen Richtung Stadtmitte, unter der Unterführung durch und geradeaus. Nach der zweiten Ampel links in die Güterbahnofstraße bis zur Auto-Waschanlage fahren. Links abbiegen und zum Parkplatz des Gymnasiums am Hoptbühl hochfahren. Am Ende des Schulhofs befindet sich der Haupteingang zur Sporthalle

Fit und bewegt ins Alter

Fitness für Körper,
Geist und Seele



**Sportliches und mentales Training
für Senioren
Samstag, 13. Mai 2017
Villingen**

Tagungsort: Sporthalle des Gymnasiums am Hoptbühl, Güterbahnhofstraße, Villingen-Schwenningen, Stadtbezirk Villingen

Veranstalter: DJK-Diözesanverband Freiburg

Termin: Samstag, 13. Mai 2017

Beginn/Ende: 10 Uhr bis 17 Uhr

Leitung: Margit Holler
Christa Layer
Inge Welcker-Herbig

Leistungen: Übungsangebot
Mittagessen und Nachmittagskaffee

Kostenbeitrag: 10,-- Euro

Kleidung: Bequeme Kleidung und Sportschuhe

Ansprechpartnerin: Inge Welcker-Herbig
Fon: 06253-6288,
Mobil: 0174-1396879

Anmeldung: **bis spätestens 29. April 2017**
an Ingrid Huber
Finkenweg 12
78048 VS-Villingen
Mail: Hel.Huber@web.de
Fon: 07721-74991

Wir suchen: Engagierte Menschen, die mit Senioren zu tun haben (wollen), die Seniorengruppen motivieren und anleiten möchten.
Haben Sie Interesse?
Dann melden Sie sich einfach an.
Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Wir bieten: Schnupperkurs „Fit und bewegt ins Alter“
Fitness für Körper, Geist und Seele

Aus- und Weiterbildung zu folgenden Themen:

- Seniorengerechter Sport
- Altersgerechte Tänze
- Mentales Aktivierungstraining (MAT)

Hier abtrennen und bis spätestens 29. April 2017 an Ingrid Huber senden

Wir nehmen mitPersonen an der Ausbildung teil.

Pfarrei/Verein.....

Ansprechpartner.....

Anschrift.....

Tel/Fax/Email.....