



**SCHNUPPERN!**

## **Bewegte Mittagspause**

Für Teilnehmer auch ohne sportliche Erfahrungen,  
die sich in der Pause gesund bewegen wollen.

Die bewegte Pause sorgt für ein angenehmes  
Körpergefühl und Wohlbefinden.

Sportkleidung ist nicht notwendig, bei gutem Wetter  
gehen wir gerne nach draußen.

**Ab Do., 14. März 2019, 4 Übungseinheiten  
12:30 – 13:15 Uhr**

**Treffpunkt 1. Stunde:  
TV-Kursraum (nur mit Sportschuhen)**

**Leitung: Ursula Böning**