

# Sitz- Gymnastik

**und Gedächtnistraining: locker vom Hocker**



**Alle Muskelgruppen**

**werden betätigt**

**- auch die Lachmuskeln-**

**und das Gedächtnistraining**

**kommt auch nicht zu kurz!**

Anleitung:

**Silke Hänsch**

wann:

**mittwochs um 10.00 Uhr**

**Nachbarschaftstreff Fasanenhof**

Walburga Wissing, Mörikestraße 1, 34125 Kassel, Tel.: 970 56 65

[www.handinhand-kassel.de](http://www.handinhand-kassel.de)