

Moves & Informations

Sport und Gesundheitstag

am 25.05. ab 10:00 Uhr

in der Turnhalle am Krusenkamp 9
in Gladbeck

Sport kann mehr e.V.

lädt euch ganz herzlich ein, einen gesunden und sportlichen Vormittag mit uns zu verbringen.

E-Bikes–Zweirad
Happe

HIIT
Intervalltraining

Intervallfasten

Yoga

Bewegung ist gesund –
Physiotherapeut Michael Boukal

Zumba

Green Bag +
Detox-Drinks-
Spieckermanns Bioladen

Bewegtes
Gedächtnistraining

Vom Getreide zum Brot
- Bäckerei Kläsener

Das Sport kann mehr e.V. Eltern-Café wird sich das leibliche Wohl kümmern.
Dabei dürft ihr die Produktpalette der Stiftsquelle und der Brauerei Stauder testen.

Wir freuen uns auf euch !

In Zusammenarbeit und mit freundlicher Unterstützung

Im Rahmen des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



KREISSPORTBUND
KSB
RECKLINGHAUSEN

