

Liebe Mitglieder,

Februar 2023

der Verband „Wohneigentum“ Bezirk Neckar-Odenwald bietet seinen Mitgliedern im Kursraum des DRK-Kreisverbandes in 74722 Buchen, Henry-Dunant-Str. 1 weiterhin zwei Seminare

## **„Vergnügliches Vielseitigkeitstraining für Körper und Geist“ für alle Altersklassen**

an. Eingeladen sind die Mitglieder aus allen Gemeinschaften des Bezirks Neckar-Odenwald. Gäste sind ebenfalls willkommen.

In Zusammenarbeit mit dem DRK-Kreisverband und deren Gesundheitsförderungsprogramme werden von speziell dafür ausgebildeten Übungsleiterinnen Übungen zur Beweglichkeit (leichte Gymnastikübungen), zur Fingerfertigkeit, Kreativität etc. (kleine Bastelarbeiten etc.), zur Merkpanne und – ganz wichtig – zur Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit (benötigen wir täglich im Verkehr, im Haushalt – kurz überall) aufgezeigt und gemeinsam in fröhlicher Runde eingeübt. Unkostenbeitrag für das DRK 4,00 € je Einheit. In diesem Betrag sind die Unterlagen und ein Getränk oder ein kleiner Snack beinhaltet, so dass es für unsere Mitglieder „fast kostenlos“ ist.

Die Fortsetzungs-Kurse haben am 3. Febr. 23 begonnen und finden jeweils freitags

Kurs I von 9.00 - 10.15 Uhr

Kurs II von 10.30 - 11.45 Uhr

statt.

Beide Termine wurden von den seitherigen Teilnehmern weitergebucht, so dass nur noch in jeder Gruppe maximal 3 Plätze frei sind. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, da es sich bei jedem Termin um eine abgeschlossene Einheit handelt.

Bei weiterem Interesse könnte ein zusätzlicher Termin in Osterburken im DRK Heim dienstags von 16.30 – 17.30 Uhr angeboten werden.

Gönnen Sie sich eine „kleine Auszeit von der Hektik des Alltags“, lernen nette Menschen kennen und stärken so ganz nebenbei Ihren Körper und Ihren Geist.

Weitere Informationen und Anmeldungen unter [anne.sitte@web.de](mailto:anne.sitte@web.de) oder telefonisch unter 06291/1478 bzw. 0171/8805744.

Freundliche Grüße

**Annemarie Sitte**

Frauen- und Kreativgruppenbeauftragte  
des Verbands WOHNEIGENTUM, Bezirk Neckar-Odenwald