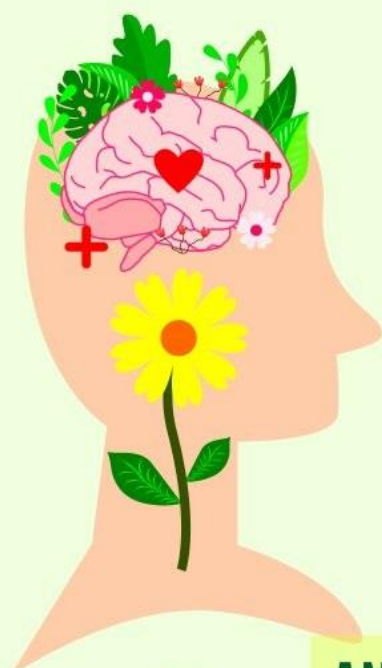


FIT UND FRÖHLICH DURCH DEN ALLTAG



**Quartiersbüro
Koblenz-Süd**



Start: -späterer Einstieg möglich-

Montag, der 11.08.2025

10:30 – 12:00

25.08.2025

15.09.2025

29.09.2025

06.10.2025

20.10.2025

03.11.2025

24.11.2025

08.12.2025
(Abschluss)

KURSLEITUNG

INGRID HÖSS

ANMELDUNG:

AWO QUARTIERSBÜRO - SCHENKENDORFSTR. 31

TEL. 0261 914 983 49

ORT: AWO BETREUUNGSVEREIN
HOHENZOLLERNSTR. 147

KURSBESCHREIBUNG

- EIN ANGOT, UM IHR **WOHLBEFINDEN** ZU STEIGERN. MIT THEMEN WIE:
- BEWEGUNG
- ERNÄHRUNG
- **SOZIALER AUSTAUSCH**

Kostenfreies Angebot im Rahmen des Projektes „Aktiv und Gesund: Wir in Koblenz Süd!“ in Kooperation mit der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland - die Gesundheitskasse. gefördert nach §20a SGB V als Gesundheitsprävention in Lebenswelten.

Erstellt mit Canva.