

TSV Hochdahl 64 e. V.
"Senioren für Senioren"



Neues Angebot

Sport und freizeitleiches Rahmenprogramm

Ein altersgerechtes Bewegungsprogramm in Verbindung mit Kommunikation, Kultur und Geselligkeit für Bürger bis ins hohe Alter möchte der TSV Hochdahl nach Ostern ins Leben rufen.

Bewegung gilt auch im fortgeschrittenem Alter als Garant, am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Neben der Bewegung wird auch Zeit zum Klönen und/oder Brett- und Denkspiele sein. Billard, Kicker und Tischtennis steht u. a. auch zur Verfügung.

Weitere Aktivitäten von "Senioren für Senioren" werden in Eigenregie geplant und durchgeführt.

Angesprochen sind :

Erkrather Bürger bis ins hohe Alter

(insbes. Bürger in Hochdahl und Unterfeldhaus)

Ort : In der Halle TSV Zentrum - Bürgerhaus
Sedentaler Str. 105

Wann: **Samstag vormittags** ab 10,00 Uhr - Training 60 Min.
bei schönem Wetter auch mal in der freien Natur
Vor bzw. nach dem Training Freizeitaktivitäten

Mittwoch vormittags ab 10,00 Uhr - Training 60 Min.
nach dem Training erfrischende Getränke oder Kaffee

Interessierte

melden sich bitte bei

Ingrid Koppe 02104- 39365
Herbert Odenthal 02104-5080335

Erkrath, im März 2013