

FRAUEN IN BEWEGUNG

mit Eva Hergenröder

**Wir wollen mehr Bewegung in unseren Alltag bringen!
Sie sind herzlich eingeladen!**

Mehr Bewegung hat viele positive Effekte, wie Integration, bessere Gesundheit, mehr Selbstbestimmung. Wir bieten ein kostenloses Sport- und Fitnessangebot, welches sich individuell an die Interessen der Teilnehmerinnen anpasst. Es richtet sich an Frauen, vor allem in herausfordernden Lebenssituationen (z. B.: Alleinerziehende, Migrantinnen/Geflüchtete, Erwerbslose, niedrigeres Einkommen usw.).



**ab Dienstag, 24.06.2025 | 10:00 - 11:00 Uhr | 5 Termine
Bewegungsraum Jugendzentrum | Weigmannstr. 27 | 91207 Lauf**

Das Angebot ist kostenfrei!
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!