



GESUNDES
ARDAGGER



Einladung an Alle im Pfarrverband Ardagger!

TUA EAM GUAT'S

an den Dienstagen

10. Jänner bis 21. Februar 2023
jeweils von 09.30 – 10.30 Uhr

Unter diesem speziellen Titel laden Bruder Stefan mit Alois
und Elisabeth Taranetz **7x** zu einer wöchentlichen

Bewegungsstunde **in das Pfarrheim Ardagger Markt.**

TUA EAM GUAT'S – gemeint ist: Tu deinem Körper, deinem Geist und deinem Gemüt etwas Gutes. In dieser Stunde bewegen wir uns, wärmen uns auf, halten inne, stabilisieren, dehnen und strecken uns im Sitzen und Stehen und spielen gemeinsam – entsprechend unserer Fähigkeiten.

- Regiebeitrag:** € 3,-- pro Einheit
Eintreffen: Bitte etwas früher kommen – wir beginnen pünktlich.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken od. Turnschuhe mit heller Sohle

Das Gesunde Gemeinde-Team
freut sich auf Ihre Teilnahme!

GESUNDES
ARDAGGER

