



Pressemitteilung

Fit bleiben im Alter – Seniorengymnastik im Gesundheitszentrum

Kamp-Lintfort. Das Gesundheitszentrum am St. Bernhard-Hospital bietet einen Bewegungskurs für Seniorinnen und Senioren an. Wer es sportlich mag, kann sich für die Seniorengymnastik am Donnerstag anmelden, die Gruppe trifft sich immer von 09:15 – 10:15 Uhr.

Gesundheitszentrum
am St. Bernhard-
Hospital
Datum: 12.08.2021

Angeboten werden Koordinations- und Entspannungsübungen, Bewegungsspiele und spezielle Übungen zum Training des Herz-Kreislauf-Systems. Der Einstieg in die Kurse ist jederzeit möglich, ein kost enloser Schnuppertermin für Interessierte ist möglich. Die Teilnehmer*innen müssen für zweifach gegen Covid geimpft, Covid-genesen oder negativ getestet sein.

Information und Anmeldung im Gesundheitszentrum unter der Rufnummer 0 28 42 / 70 81 32 oder per Mail an gesundheitszentrum@st-bernhard-hospital.de.

Kontakt:

Jörg Verfürth/Astrid Jeitner
St. Bernhard-Hospital
Gesundheitszentrum/Öffentlichkeitsarbeit
Bgm.-Schmelzing-Str. 90
47475 Kamp-Lintfort
Tel.: 0 28 42/70 81 32
Fax: 0 28 42/70 81 33
E-Mail: verfuerth@st-bernhard-hospital.de
Internet: www.st-bernhard-hospital.de