




Geh- TREFF



Jeden
1. Freitag
im Monat
um 10:30 Uhr
Treffpunkt:
Tagespflege
Porta

**Informationen
erhalten Sie bei der
Tagespflege Porta**

Tel. 0571 97208353
Zur Schalksmühle 19
Porta Westfalica –
Neesen

Die Teilnahme
ist kostenfrei!
Anmeldungen sind
nicht erforderlich.

Bei schlechtem
Wetter entfällt der
offene Geh-Treff.

Einfach mal mitgehen!

Geh-Treffs laden zu Spaziergängen ein!

Gemeinsam spazieren gehen macht Spaß und ist gleichzeitig gesund. Wer sich auch im fortgeschrittenen Alter gemeinsam mit anderen an der frischen Luft bewegen möchte, für den ist ein Geh-Treff genau das Richtige.

- Spaziergänge – ca. 1 Stunde, nicht zu schnell, nicht zu langsam – mit Pause(n)
- Auf die Gruppe angepasste Runden durch Quartier, Natur und Umgebung
- Spaß und ein nettes Miteinander

Ein Angebot der Tagespflege Porta
in Kooperation mit dem
TV Jahn Neesen von 1892 e.V.

