

## Bewegungsangebot 65+

Mit Antje Wagner-Ehlers

**Dienstags, 16.00 – 17.00 Uhr** (ab 15.11.2022)

Ort: Café Schweizer Viertel / bras e.V., St.-Gotthard-Straße 37, 28325 Bremen

Leichte Bewegung zur Stärkung der Arm-, Bein- und Rückenmuskulatur und Erhaltung der Beweglichkeit.

Die Übungen sind im Sitzen oder Stehen möglich.

Keine Vorkenntnisse notwendig!

**Anmeldung:**

Im Café Schweizer Viertel, Telefon 0421 988 948 56

**Ein Angebot von:**

[bras e.V. – arbeiten für bremen](#)

**Veranstaltungsort:**

Café Schweizer Viertel

**Adresse:**

St.-Gotthard-Straße 37

28325 Bremen

**Ansprechperson:**

Joanna Hakki

**Telefon:**

0421 988 948 56

**E-Mail-Adresse:**

[joanna.hakki@bras-bremen.de](mailto:joanna.hakki@bras-bremen.de)

**Internetadresse:**

[www.bras-bremen.de](http://www.bras-bremen.de)

**Nächste Termine:**

- 22.04.2025, 16:00 – 17:00
- 29.04.2025, 16:00 – 17:00
- 06.05.2025, 16:00 – 17:00
- 13.05.2025, 16:00 – 17:00
- 20.05.2025, 16:00 – 17:00

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich

**Kosten:**

Teilnahme kostenlos