

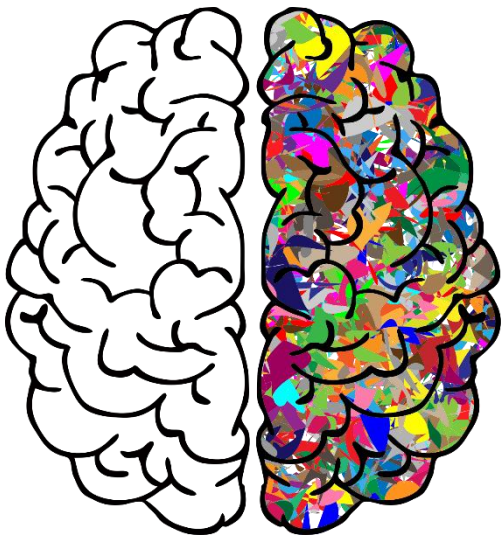
NEU ab  
24. Januar 2024



## Fitnessstraining für den Kopf

Unser Gehirn ist formbar wie ein Muskel – bereist 15 Minuten pro Tag bringen Erfolg!

Wir können nicht nur unsere Muskeln trainieren, sondern auch unser Gehirn! Auf kurzweilige Art lernen Sie verschiedene Übungen kennen, welche die geistige Beweglichkeit und unsere gute Laune fördern.



**Wann:** ab 24.01.24 Jeden Mittwoch

**Uhrzeit:** 10.45–12.00 Uhr

**Wo:** AWO Seniorentreff Eilbek,  
Börnstraße 28

**Infos & Anmeldung** unter  
Tel. (040) 209 90 30 oder im AWO Treff