

Kommen Sie einfach vorbei ...

zur nächsten Übungsstunde in die Gymnastik-Gruppe in Ihrer Nähe. Die Teilnehmergebühr beträgt für jede Übungsstunde ab 1,50 €. Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

**Ihr Ansprechpartner: BRK-Kreisverband Passau,
Manuel Obermaier, Telefon 0851 - 95989-43**



Aus Liebe zum Menschen.

Rotkreuzstraße 1 | 94032 Passau
Telefon 0851 - 95989-0 | Fax 0851 - 72940
www.kvpassau.brk.de



Aus Liebe zum Menschen.

Bleib fit - mit dem BRK! Seniorengymnastik

Schon seit Jahren bietet das Bayerische Rote Kreuz - Kreisverband Passau den Seniorinnen und Senioren in Stadt und Landkreis spezielle Gymnastik an.

Bewegung tut gut. Gerade im Alter wird sie zu einer wichtigen Voraussetzung, um lange aktiv bleiben zu können. Regelmäßiges Training, das wir auch für betagte und gesundheitlich eingeschränkte Senioren anbieten, steigert das Wohlbefinden und ist Voraussetzung für gute Einheit von Körper und Geist.

Das Bayerische Rote Kreuz möchte Ihnen die Möglichkeit geben, sich unter fachlicher Anleitung sportlich zu betätigen. Dabei wird bei der Auswahl der Übungen immer auf den persönlichen Gesundheitszustand Rücksicht genommen. Ziel unseres Angebotes ist nicht nur die Bewegungsfähigkeit zu verbessern, sondern auch die Geselligkeit zu fördern:

Sport ist Spaß - auch im Alter!

Senioren-gymnastik- und Wassergymnastikgruppen BRK Passau



Bad Füssing

Senioren-gymnastik
Kur-Gymnastikhalle
Dienstag 10.30 - 11.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Stinglhammer

Tittling

Senioren-gymnastik
Volksschule
Montag 15.30- 16.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Zauhar

Passau

Senioren-gymnastik
BRK Haus
Montag 14.30 - 15.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Weber

Passau

Senioren-gymnastik
BRK Haus
Montag 16.00 - 17.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Weber

Hauzenberg

Senioren-gymnastik
Turnhalle
Montag 16.00 - 17.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Schramm

Tittling

Wassergymnastik 
Volksschule
Mittwoch 16.00- 17.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Zauhar

Passau

Senioren-gymnastik
BRK Haus
Dienstag 14.30 - 15.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Weber

Passau-Stadt

Senioren-gymnastik
St. Johannis-Spital
Dienstag 9.30- 10.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Weber

Neukirchen / Inn

Senioren-gymnastik
Schule
Mittwoch 15.30 - 16.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Weber

Vilshofen

Senioren-gymnastik
Grundschule
Montag 18.00- 19.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Harbeck

Passau-Stadt

Senioren-gymnastik
Heilig-Geist-Stift
Dienstag 10.15 - 10.45 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Weber

Oberzell

Senioren-gymnastik
Turnhalle Schule
Dienstag 14.30 - 15.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Kornexl

Vilshofen

Senioren-gymnastik
Gymnasium
Mittwoch 16.30- 17.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Harbeck

Passau-Grubweg

Senioren-gymnastik
Turnhalle Schule
Mittwoch 14.30- 15.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Steiger

Passau-Grubweg

Wassergymnastik 
Schwimmhalle Schule
Mittwoch 15.45- 16.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Steiger

Rotthalmünster

Senioren-gymnastik
Turnhalle Schule
Montag 19.00- 20.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Stinglhammer

Wegscheid

Senioren-gymnastik
Turnhalle Schule
Mittwoch 18.30- 19.30 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Müller

Passau

Senioren-gymnastik
BRK Haus
Donnerstag 9.00- 10.00 Uhr
Übungsleiterin: Fr. Harbeck