

## Anmeldung zu „Fit in den Frühling 2021“

(Bitte bis 31.03.21 in den Rathaus-Briefkasten einwerfen oder einscannen und per Mail verschicken)



NAME : .....

ALTER : .....

STRASSE : .....

ORT : .....

TELEFON: .....

MAIL-ADRESSE: .....

Ich möchte an folgenden Aktivitäten teilnehmen (bitte **max. 3 Kurse** belegen):

### Kurse mit 6 Terminen

- Rückenfaszientraining (online)
- Trimm-Dich-Pfad im Hardtwald
- Walking (SV-Germania)
- Yoga auf dem Stuhl (online)
- Augenspaziergang
- Ganzheitliches Augentraining (online)
- Bewegte Apotheke
- Rückentraining (TuS, online)
- Beckenbodengymnastik für Frauen (online)
- Nordic Walking
- Boule
- TaiChi Basics (online)

### Einzelveranstaltung

- Wildkräuterwanderung

Kontakt: Jugend-, Familien- und Seniorenbüro der Gemeinde Bietigheim  
z. Hd. Ingrid Heck-Fütterer  
Malscher Straße 22, 76467 Bietigheim  
Mail-Adresse: [ingrid.heck-fuetterer@bietigheim.de](mailto:ingrid.heck-fuetterer@bietigheim.de)  
Telefon: 07245 / 808-23

Datum.....

Unterschrift.....