KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

# Bewegung für ein starkes Herz

**Mo 24.04.2023, 14.00 Uhr**

Aktiv und in Bewegung bleiben: Für den Erhalt von Gesundheit und Wohlbefinden ist das mehr als die halbe Miete! Welche Bewegungsarten zur Stärkung von Herz und Kreislauf besonders zu empfehlen sind und warum sich körperliche Aktivität so positiv auf Ihre Gesundheit auswirkt, das erfahren Sie in diesem "bewegten" Angebot.

**Ort**
94469 Deggendorf, Pfarrheim Mariä-Himmelfahrt, Dr.-Stich-Str. 4

**Mitveranstalter**
KDFB

**Referentin**
Gerda Bachl-Staudinger

**mehr Infos & Anmeldung**

VÖ: 2024-05-03 09:52:38

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
**www.keb-deggendorf.de**