

Walking mit und ohne Rollator wieder im Angebot



Der SV Millingen unterbreitet im Rahmen des Projektes „Sport im Park“ vom Stadtsportverband Rheinberg bis zum September an jedem Samstag wieder ein einstündiges Walking-Angebot mit oder ohne Rollator für Seniorinnen und Senioren. Das Treffen ist immer um 9.30 Uhr vor dem St. Thekla Haus, Am Park 11 in Rheinberg.

Als Übungsleiterin konnte Doris Michels gewonnen werden, die schon seit Jahren die Männersportgruppe "Männer 50+" des SV Millingen betreut und über entsprechende Ausbildungen verfügt.

Ganz gleich, ob man mit dem Rollator laufen möchte oder Walking bzw. Nordic Walking bevorzugt, jeder ist in dieser seniorenrechtlichen Laufgruppe herzlich willkommen, die nach ungefähr einer Stunde, in der auch gymnastische Übungen eingeflochten werden, wieder das St. Thekla Haus erreicht.

Eine Anmeldung oder Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich und eine Teilnahmegebühr wird nicht erhoben.

Weitere Auskünfte erteilt Ulrich Glanz, Tel. 02843/6995.