



# Impuls Trier

Quartier in  
Bewegung



kostenfrei

# Sitzgymnastik 60 Plus

IN MITTE/GARTENFELD



Jeden 2. und 4. Montag im Monat  
von 10:30 - 11:30 Uhr

Seniorenbüro Trier, Kochstr. 1a  
Anmeldung: Tel. 0651 > 75566

» Bitte tragen Sie bequeme Schuhe und Kleidung!

# Kontakt

Haus der Gesundheit Trier / Trier-Saarburg e.V.  
Ansprechpartnerin: Paula Orlt

 0651 > 436 22 17  
 [www.impuls.hdg-trier.de](http://www.impuls.hdg-trier.de)

 [impuls@hdg-trier.de](mailto:impuls@hdg-trier.de)  
 Impuls Trier

**IMPULS TRIER** für alle > frei zugänglich > ohne Gebühren  
> an vielen Orten > Einstieg jederzeit möglich > nicht nur für Sportasse

## Einfach kommen & mitmachen! BEGLEITETE BEWEGUNGSANGEBOTE

**HINWEIS:** Die Teilnahme an dem Angebot erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko.

**IN KOOPERATION MIT:**

