



Im Auftrag des
Land
Burgenland

volkshilfe.
BURGENLAND



VimA- Gedächtnistrainings

Anzahl der Einheiten: 10

Dauer: jeweils 1,5 Std.



Herzliche Einladung zum VimA-Training für geistig fitte Seniorinnen und Senioren.

In den Gruppenstunden wird gemeinsam und ohne Leistungsdruck gegrübelt, viel gelacht, Neues ausprobiert, Vergessenes zurückgeholt und der ganze Körper mit einfachen, aber kreativen Übungen bewegt. Der Spaß in der Gruppe steht im Vordergrund. Das VimA-Training unterstützt dabei, die geistige und körperliche Fitness zu erhalten.

Einheit 1

Einheit 6

Einheit 2

Einheit 7

Einheit 3

Einheit 8

Einheit 4

Einheit 9

Einheit 5

Einheit 10

Uhrzeit:

Ort:

Vortragende:

**Wir bitten um zeitgerechte Anmeldung
direkt übers Gemeindeamt.**

02688/72212



Detaillierte Informationen zu den einzelnen Aktivitäten können Sie bei der Volkshilfe Burgenland nachfragen:
02682/61569