



Kaufbeuren



# GESUNDE KOMMUNE KAUFBEUREN

## Gesund und fit durch das Jahr: **Bewegungskurse und Vorträge** von Mai - Juli 2022

Details zu den **kostenlosen** Angeboten für **Kaufbeurer Bürgerinnen und Bürger** auf [www.gesundekommune Kaufbeuren.de/veranstaltungen](http://www.gesundekommune Kaufbeuren.de/veranstaltungen)

|   |   |
|---|---|
| „Yoga im Park“ für alle<br>mit Claudia Halbedel im Jordanpark<br>Verschiedene Termine einzeln buchbar!              | Donnerstag, 19.05.22; 10:30 -11:30 Uhr<br>Dienstag, 31.05.22; 10:30 -11:30 Uhr<br>Freitag, 03.06.22; 17:00 – 18:00 Uhr<br>Dienstag, 28.06.22; 10:30 – 11:30 Uhr<br>Montag, 11.07.22; 19:30 – 20:30 Uhr<br>Montag, 18.07.22; 19:30 – 20:30 Uhr |
| „Progressive Muskelentspannung“<br>mit Daniel Abt im Familienstützpunkt Herz-Jesu                                   | 8 x Montag, 09.05.22 - 11.07.22<br>18:30 Uhr - 20:00 Uhr  |
| „Aroha“<br>mit Birgit Sieber TVK; in der Konradinhalle  | 11 x Montag, 02.05.22 – 25.07.22<br>18:30 Uhr - 19:45 Uhr   |
| „Augenschule Grundkurs“<br>mit Diana Streicher; Praxis Weinhaldeweg, KF   | 4 x Montag,<br>20.06./27.06./04.07./11.07.22<br>19:00 Uhr - 20:30 Uhr   |
| „Yang Stil Tai Chi im Park“<br>mit Dietrich Rowek; im Jordanpark  | 10 x Dienstag, 10.05.22 - 26.07.22<br>18:00 Uhr - 19:00 Uhr   |
| „Gymnastik / Pilates“<br>mit Birgit Sieber TVK; in der Prinzregentenhalle   | 11 x Dienstag, 03.05.22 - 26.07.22<br>18:45 Uhr - 20:00 Uhr   |
| „Fit im Bewegungsparcour an der Liegnitzer Straße“<br>mit Florian Wagner  | 3 x Mittwoch, 18.05. / 22.06. / 13.07.22<br>18:30 Uhr – 19:30 Uhr   |
| „Gymnastik / Pilates“<br>mit Monika Kroner TVK; in der Beethovenhalle   | 11 x Mittwoch, 04.05.22 – 27.07.22<br>19:15 Uhr – 20:15 Uhr   |
| „Yoga“<br>mit Silvia Berwanger TVK; in der Konradinhalle  | 10 x Donnerstag, 05.05.22 – 28.07.22<br>17:30 Uhr – 18:45 Uhr   |
| „Qi Gong im Park“<br>mit Dietrich Rowek; im Jordanpark  | 10 x Donnerstag, 05.05.22 – 28.07.22<br>19:00 Uhr - 20:00 Uhr   |
| „Gymnastik“<br>mit Tanja Igerl/Silvia Berwanger TVK; Konradinhalle  | 10 x Donnerstag, 05.05.22 – 28.07.22<br>19:00 Uhr - 20:15 Uhr   |
| „Zauberwelt der Wildpflanzen“<br>Online-Vortrag mit Dipl.oec.troph. Sabine Häberlein                                | Dienstag, 21.06.22<br>19:30 Uhr - 20:30 Uhr   |
| „Ballspielschule – Alles rund um Bälle“<br>mit Franziska Ressel TVN (für Kinder von 5 – 9 Jahren)                   | 11 x Mittwoch,<br>04.05.22 – 27.07.22<br>16:30 Uhr – 18:00 Uhr  |
| Treffpunkt: Dreifachturnhalle Turnerstraße 10, NG   | Montag, 06.10.22  |
| „Gesund leben im digitalen Zeitalter“<br>Medienpädagogischer ONLINE-Elternabend für Eltern<br>von Grundschulkindern | 19:30 Uhr - 21:00 Uhr   |

**JETZT  
ANMELDEN**

verbindliche Anmeldung unter [www.gesundekommune Kaufbeuren.de/anmelden](http://www.gesundekommune Kaufbeuren.de/anmelden)

**GESUNDEKOMMUNEKAUFBEUREN.DE**

Das Projekt wird gem. § 20a SGB V gefördert von der AOK Bayern – Die Gesundheitskasse. Die Maßnahmen der Gesunden Kommune Kaufbeuren richten sich gemäß den Vorgaben des Förderprojekts an die **Bürgerinnen und Bürger der Stadt Kaufbeuren**.

Gefördert durch die AOK Bayern - die Gesundheitskasse nach § 20a SGB V

