

# Kursleitung gesucht!

Für: „Fit bleiben mit Bewegung für Frauen ab 40“

Kursinhalt: Nach einer Aufwärmphase mit flotter Musik werden schwerpunktmäßig Übungen für Muskelkraft, Ausdauer und die Wirbelsäule angeboten.

Zeit: Montags 08.30 Uhr und 09.45 Uhr

Ort: Bergische VHS, Mummstr. 10, SG- Mitte

Kontakt: Katja Victor | 0212 290 – 7236 | [katja.victor@bergische-vhs.de](mailto:katja.victor@bergische-vhs.de)

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!**