

# Spaß und Bewegung für Senioren mit dem TuS Weddinghofen

Nette Leute treffen, Spaß dabei haben und nicht zuletzt die Fitness trainieren. Mit diesem Ziel trifft sich die Seniorengruppe des TuS Weddinghofen 1959 e.V. einmal wöchentlich.

Jeden Donnerstag von 17:30 bis 19:00 Uhr arbeiten die Teilnehmer in der Turnhalle der Pfalzschule daran, ihre Beweglichkeit und Kondition zu erhalten und zu verbessern. Natürlich wird berücksichtigt, dass jeder Teilnehmer andere Voraussetzungen mitbringt, sodass niemand Angst vor Überforderung haben muss. Wer Lust hat, in netter Gesellschaft altersgerechten Sport zu betreiben, ist bei diesem Angebot richtig.

„Noch sind einige Plätze frei. Kommen Sie einfach zur angegebenen Zeit vorbei, und bringen Sie bequeme Kleidung und Sportschuhe mit“ so der TuS.