



# MOVE AND GROOVE BEWEGUNGSKURS AM MITTWOCH

**BIST DU ZWISCHEN 9 UND 15 JAHRE ALT?**

**Magst du in einer kleinen Gruppe dich bewegen, fit werden und den Plausch haben?**

**Wir arbeiten an unserer Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit und motivieren uns gegenseitig für mehr Bewegung im Alltag.**

**Es besteht die Möglichkeit bei medizinischer Notwendigkeit die Kosten über die Krankenkasse abzurechnen. Weitere Infos auf unserer Homepage.**

**FIT MACHT SPASS**

**MÖCHTEST DU DICH IM EIGENEN KÖRPER WOHLER FÜHLEN?  
WILLST DU GERNE MEHR KRAFT HABEN?  
WÜRDEST DU GERNE IN EINEM SPORTVEREIN MITMACHEN ABER TRAUST DIR DAS NOCH NICHT ZU?  
BIST DU VIELLEICHT ÜBERGEWICHTIG?  
SITZT DU BEI LANGEWEILE VIEL VOR DEM BILDSCHIRM?  
HAST DU LUST, MEHR FREUDE AN DER BEWEGUNG ZU ENTDECKEN?**

**MITTWOCHNACHMITTAG  
JEWEILS 17-18H**

**NEUE SERIE AB 06.03.2024  
EINSTIEG JEDERZEIT  
MÖGLICH**

**THERAPIESTELLE  
LAUFEN**

**Rampenweg 2  
4242 Laufen**

**Mehr Infos und  
Anmeldung unter:**

**[www.therapiestellelaufen.ch](http://www.therapiestellelaufen.ch)**