

Liebe Bewegte Frauen,

auch wir vermissen Euch sehr!

Wir hoffen, Ihr seid gesund und guten Mutes.

Zuversichtlich blicken wir in das Jahr 2021 und hoffen, dort ansetzen zu können, wo wir leider aufhören und unterbrechen mussten!

Unsere Überraschung für Euch:

Ab 1.12.2020 - 20.12.2020 gibt es in der Bassena einen Übungs-Adventkalender, ausgehängt am Fenster des Bewegungsraums.

Montag bis Freitag gibt es neue Übungen und für die Wochenenden einen guten Tipp, um Euer Wohlbefinden und Eure Fitness bis Weihnachten in einen TOP-Zustand zu bringen.

Indem wir zwar einsam aber doch GEMEINSAM die Tipps und Übungen durchführen, sind wir verbunden.

Wir freuen uns über Rückmeldungen und Grußbotschaften, wenn Euch etwas davon besonders gutgetan hat!

Gebt diesen bitte in der Bassena (Postkasten, Eingangstür oder Fenstergespräch) ab.

Ganz liebe Grüße



Claudia & Renate

