



Hoş geldin

أهلاً وسهلاً

Willkommen!



**KOSTEN-
LOS!**

FRAUEN- Gesundheitsgruppe

Gemeinsam gesund –
zusammen sind wir stärker!

SKM Mönchengladbach



Fotos: Canva, Fotolia



Wenig Kenntnisse in Deutsch oder Englisch reichen aus.

Es gibt Übungen für Bewegung, Atmung und Entspannung. Die Übungen können auch zu Hause gemacht werden. Wir können eine Kinderbetreuung organisieren, sprechen Sie uns vorher an.

Bitte anmelden

Infos und Kontakt: Marion Gorzolka

Mobil: 0175 9969121

Festnetz: 02166 1309766

m.herrmann-gorzolka@skm-ry.de

www.psz-mg.de



E-Mail



Webseite PSZ

ZEIT: Dienstag 10:00 bis 11:30 Uhr,

nicht in den Schulferien

ORT:

Gemeinschaftszentrum „Das Westend“

Alexianerstr. 6

41061 Mönchengladbach