

# Sommersport

## am Siedlertreff

**Umsonst** und Draußen für alle geeignet

**Donnerstags 18.30 Uhr**

**2.7. 9.7. 16.7. 23.7. 30.7**

Bitte mitbringen:

Matte; Nordic-Walking-/Wanderstöcke 2 kl. Wasserflasche 0,3l, ggf Streckband

Organisiert vom Ortsrat Lappenstuhl  
unter Anleitung durch die Physiotherapie Hollage