

Gemeinsam unterwegs

BEGLEITETE SPAZIERGÄNGE FÜR JEDES ALTER



Die Gesundheit in Bewegung stärken!

Komm, geh mit uns:



Jeden 2. Montag im Monat um 16:30 Uhr
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr



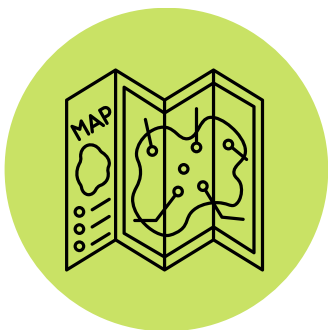
Vor dem Rathaus Borchten (Unter der Burg 1, 33178 Borchten)

DAS ERWARTET SIE:



Von Spazierpat*innen begleitete Spaziergänge durch

- das eigene Quartier, die Natur und nähere Umgebung



Auf die Gruppe angepasste Runden





- nicht zu schnell - nicht zu langsam
- mit Pausen



Spaß und Bewegung in der Gruppe zur Stärkung der eigenen Gesundheit.





Wer sich gemeinsam an der frischen Luft bewegen möchte, ist hier genau richtig!

Gemeinde Borchten

 Simone Rennkamp-Ernst
 05251 3888111
 simone.rennkamp-ernst@borchten.de
 www.borchten.de

 GEMEINDE
BORCHTEN
verbindet

KreisSportBund Paderborn e.V.

 Carina Moss
 05251 6833001
 carina.moss@ksb-paderborn.de
 www.ksb-paderborn.de

GesundeKommune
KREIS PADERBORN 

GesundeKommune ist ein gemeinsames Projekt des Kreises Paderborn, des KreisSportBundes Paderborn e.V. und der Techniker Krankenkasse.