

Bewegung und Begegnung

Der gemeinnützige Sportverein Stadtbewegung bietet in der Rollbergsiedlung verschiedene kostenlose Sport- und Bewegungsgruppen an. Die wöchentlichen Kurse sind für Leute gedacht, die lange keinen Sport mehr gemacht haben. Es gibt Kurse in Fitness und Tanzen sowie Spaziergänge. Die Angebote werden im Rahmen des Projekts „Bewegung und Begegnung im Rollbergkiez“ vom Quartiersmanagement gefördert. Auf Wünsche und weitere Anregungen reagiert der Projektleiter und Ansprechpartner Robin Spaetling gerne.

„Wer wieder etwas in Schwung kommen und etwas für seine Gesundheit tun möchte ist bei uns genau richtig. Jeder ist herzlich willkommen. Egal ob alt oder jung, dick oder dünn“, so Robin Spaetling.

Alle Informationen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung im Internet finden sich auf der Seite: <http://stadtbewegung.de/rollberg>

Auf der Seite finden sich übrigens auch virtuelle Bewegungsgruppen – gegenseitige Motivation inklusive – und viele Gesundheits- und Fitnessstipps. ●

Übersicht der aktuellen Bewegungsangebote

GYMNASTIK FÜR FRAUEN
jeden Montag, Lessinghöhe
16:00 bis 17:00 Uhr

FITNESS FÜR ALLE
jeden Montag, Lessinghöhe
17:00 bis 18:00 Uhr

**SPAZIERGANG /
WALKING – ROLLBERGKIEZ**
jeden Mittwoch, Lessinghöhe
8:00 bis 9:00 Uhr

BEWEGUNG FÜR ÄLTERE
jeden Donnerstag
11:00 bis 12:00 Uhr (in Planung)

TANZ IM PARK
jeden Freitag, Lessinghöhe
11:00 bis 12:00 Uhr

Stadtbewegung e.V.
Wilhelmine-Gemberg-Weg 10
10179 Berlin



Robin Spaetling (4. von li.) und sein Team