

# Gemeinsam für mehr Bewegung in Chemnitz

## Teilnehmerinnen und Teilnehmer gesucht



© TU Chemnitz, Professur SWP

### »MoKo-Fit«

...ist ein Projekt zur Förderung der Gesundheit von Personen ab 65 Jahren in Chemnitz

### Was machen wir?

Wir möchten Sie zur Teilnahme an einem *kostenlosen* Bewegungs-Programm in der Gruppe einladen! In unserem Programm werden sowohl *körperlich* als auch *geistig* fordernde Übungen durchgeführt.

## Jetzt auch auf dem Kaßberg!

**Wo?** Auf dem Gelände der **Holzkirche** Chemnitz in der Ahornstraße 47



**Wann?** Ab dem 26. September 2024 jeden Dienstag & Donnerstag von 09:30-10:30 Uhr

**Was brauchen Sie?** Bequeme Kleidung & Schuhe sowie Wasser

Sie haben Interesse an einer Teilnahme?

### Melden Sie sich bei uns:

**Projekt-Koordination:** Katharina Zwingmann  
Thüringer Weg 11  
09126 Chemnitz

**Telefon:** 0371 531 19938

**Mail:** [swp\\_gesundheitsfoerderung@hsw.tu-chemnitz.de](mailto:swp_gesundheitsfoerderung@hsw.tu-chemnitz.de)

