

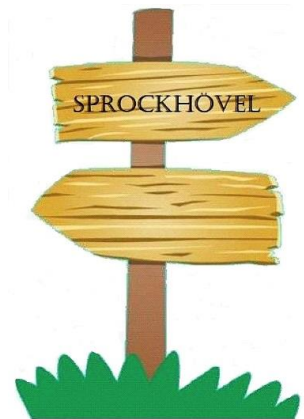


## Mehr Bewegung im Alltag

---

Spazieren gehen in Sprockhövel für Senioren  
Wer geht mit?

Zeit: montags 11:00 Uhr  
Dauer: ca. 1 Stunde  
Treffpunkt: Zwiebelturmkirche



Keine Anmeldung erforderlich  
Einfach mitkommen!

Es besteht die Möglichkeit anschließend den Spaziergang gemeinsam im  
Café ausklingen zu lassen  
- freiwillig ohne Zwang - / Selbstzahler!

### Kontakt:

Seniorenbüro  
Frau Bärbel Mays  
Rathausplatz 4  
45549 Sprockhövel  
Tel.: 02339 917 356  
Fax: 02339 917 300  
E-Mail: [baerbel.mays@sprockhoevel.de](mailto:baerbel.mays@sprockhoevel.de)

oder: Freiwilligenbörse Sprockhövel  
Büro Niedersprockhövel  
Hauptstraße 44  
45549 Sprockhövel  
Tel.: 02339 1319134  
Di, Mi, Do 10:00 bis 12:00 Uhr

Keine Spaziergänge an Feiertagen  
Teilnahme geschieht auf eigenes Risiko!

---