FACHLICHE ANGEBOTE: ÄLTERE

Die Zielgruppe „Ältere“ ist ein Querschnittsthema der GYMWELT. Der demografische Wandel geht auch am Sport nicht vorbei und wir bringen unserere Vision, dass ältere Menschen selbstverständlich im Turn- und Sportverein sind, voran. Vereinsangebote sorgen dafür, dass ältere Menschen gesund, eigenständig und sozial eingebunden bleiben.

Los geht’s am Freitagnachmittag mit dem Thementreff Ältere – „Wir machen den Sport zum Wohlfühlort“.

Während des Kongresses warten dann klassische und innovative Themen auf Dich: Bewegungsspiele für Ältere, Sturzprophylaxe (Schneller als der Fall), Tänze im Sitzen, Hand- und Fingergymnastik, Osteoporoseprävention, Rollatorentraining im Sportverein, Mobility Training u.v.m.

Freu Dich auf Referierende, die die Vision des lebenslangen Sporttreibens mit Dir teilen.

Die Angebote für die Zielgruppe Ältere findest Du insbesondere in den Themenbereichen Gesundheit, BodyMind & Entspannung sowie Tanz & Vorführungen. Die Workshops sind jeweils mit diesem Logo gekennzeichnet:

Ä

Beratungscafé

Freu Dich auf ein Beratungscafé, u.a. zum Themenfeld Ältere, das wir in der OsnabrückHalle anbieten werden.

Weitere Infos:

Freu Dich auf großartige Workshops und erlebe die Vielfalt von Angeboten für die Zielgruppe Ältere:

Sturzprohylaxe

Gehhirntraining

Bewegung im Sitzen

Visionen entwickeln