

*Gemeinde Kollow*

# *Fit bis 100*

**Liebe Kollowerinnen/er,**

**die Gemeinde Kollow bietet mit der Trainerin  
Ute Vortriede-Uwihs im Gemeinderaum Training für 65  
plus an.**

**Es soll das Gleichgewicht und die Beweglichkeit trainiert  
werden.**

**Die Übungen werden im Stehen und Sitzen durchgeführt.  
Jeweils mittwochs von von 17.00 bis 17.45 wird trainiert.  
Bitte mit lockerer bequemer Kleidung erscheinen.**

**Genauere Termine bitte bei Ute Vortriede-Uwihs Tel. 4121  
erfragen.**