

GEMEINSAM FIT

Kursstart: 13. April 2026

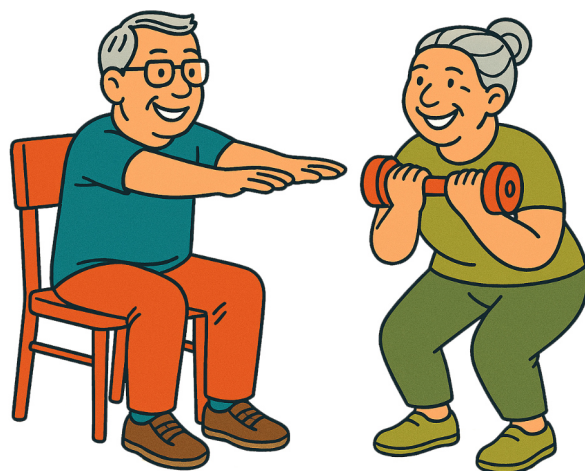
Fit bis 100

Montags von 9:30 – 10:30 Uhr

Kurs im **Bürgerhaus Seepark**
(1. OG, Übungsraum)

**Abwechslungsreiches Gesundheitstraining
für jedes Alter, Fitness für Kopf und Körper.
Auf der Matte oder alternativ am Stuhl.**

Kosten: 36 € für 6 Termine (Mitglieder Quartiersverein ermäßigt: 30 €),
Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen



Laufender Kurs, immer freitags im Qu33

Gymnastik am Stuhl

Freitags von 9:30 – 10:30 Uhr

Kurs im **Quartierstreff Qu33**,
Wannerstr. 33, 79106 Freiburg (Stühlinger)

Gymnastik für Senioren, im Sitzen und
Stehen, vor, hinter und mit dem Stuhl
oder mit Trainingsgeräten.

Kosten: 36 € für 6 Termine,
(Mitglieder Quartiersverein ermäßigt: 30 €)
Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen



Info und Anmeldung für beide Kurse:

Astrid Schreiber (Fitness u. Reha-Sport-Trainerin)

Tel: 0761. 476 32 31 (AB) oder mobil: 0152. 32 79 40 27 (nicht auf AB sprechen)

Quartierstreff Qu33

Wannerstr. 33 | 79106 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 429 652 69
E-Mail: qu33@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de

Vereinsgeschäftsstelle

Zähringer Straße 46 | 79108 Freiburg i.Br.
Telefon: 0761. 51044-88
E-Mail: info@quartierstreff.de
Webseite: www.quartierstreff.de