

„Ü60 Gruppe und jünger“

Eine Gesundheitswanderung und die Cool-Tour bietet der Eifelverein Eschweiler im Juni 2024 an, worauf wir gern hinweisen möchten.



Mittwoch, 05. Juni 2024

**» Gesundheitswanderung
im Eschweiler Stadtwald«**

Treffpunkt : Parkplatz Ecke Wilhelminenstraße / Am Kitzberg

Uhrzeit : 09:30 Uhr

Leitung: Karin Michels

Wandern 3 – 5 km

-

Eine Anmeldung ist **nicht** erforderlich-

Gesundheitswandern: Das ist gesundheitsförderliches Wandern in entspannter und geselliger Runde, kombiniert mit gezielten Übungen aus der Physiotherapie. Zwischendurch werden Kräftigungs-, Mobilisations-, Koordinations- und Dehnungsübungen eingebaut.

Das Thema zu dieser Wanderung: „Bewegung, aktiv gegen das Vergessen“

Gäste sind stets willkommen

Samstag, 29. Juni 2024

weiteres Angebot !

Cool-Tour:

»Auf den Dom klettern kann jeder«

Treffpunkt : Eschweiler Hauptbahnhof

Uhrzeit : 08:30 Uhr

Leitung: Barbara Bailly-Kaminski

Kultur : Mitglieder 15,00€, Gäste 20,00€ zuzüglich der anteiligen Fahrkosten

Anmeldung: bis zum 22.06.2024 bei Barbara Bailly-Kaminski Tel. 02409 / 9204 oder e-mail: barbara.bailly-kaminski@eifelverein-eschweiler.de_bitte angeben, ob eine Fahrkarte vorhanden ist.

Die Ausgrabungen unter dem Kölner Dom sind mindestens genauso interessant, wie der Gang über das Dach. Außerdem ist noch eine weitere Führung geplant. Im Anschluss darf natürlich eine gemeinsame Einkehr in einem Brauhaus nicht fehlen.

Eine Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Teilnehmergebühr!

Höchsteilnehmerzahl: 12

Gäste sind stets willkommen