

Save the Date:



*„bewegend gut und gesund“*

## Fitnessstag im LDT

am Sonntag,  
27. Oktober 2024  
von 10:30 – 16:00 Uhr  
in der Turnhalle  
Lindener Str. 126,  
44879 Bochum

- Kostenloses Mitmachangebot für Mitglieder und Nichtmitglieder
- Attraktives Fitnessprogramm aus den Bereichen Zumba, Tanzen, Step Aerobic, Power & Work, Hula Hoop, Yoga und mehr
- Workshops sind für Frauen und Männer gleichermaßen geeignet
- Kinderbetreuung