

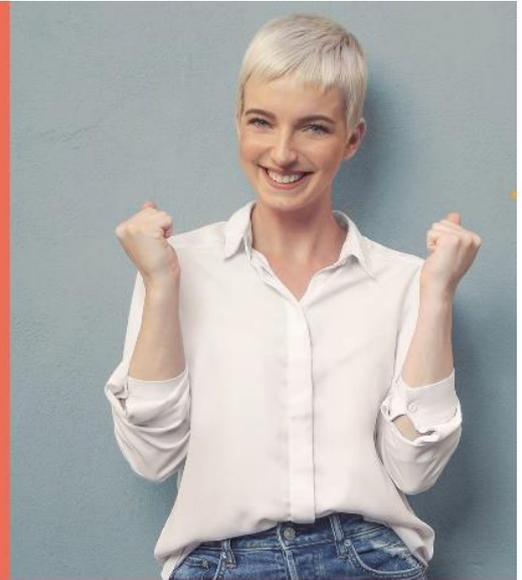


**Frauen
sichtbar &
gesund**



Staatlich anerkannte
Beratungsstelle für
Schwangerschaftsfragen

FRAUEN SPORT UND BEWEGUNG



Wann: Donnerstag, 18. September 2025 um 17:00 Uhr
Wo: Dreifachturnhalle Freyung

Trainerin Linda Zeindl, Master Sportwissenschaft

1. Einheit: Kraft und Stärken – auch für zu Hause 17:00 – 18:00 Uhr
Kleine Pause 18:00 – 18:30 Uhr
2. Einheit: Dehnen und Entspannen 18:30 Uhr – 19:30 Uhr

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Mitzubringen sind Sportkleidung und eine Turnmatte
Eingeladen sind alle interessierten Frauen in jedem Alter!

Die Veranstaltung ist kostenlos!

Wir bitten um Anmeldung unter:
schwangerenberatung@landkreis-frg.de oder Telefon: 08551 57-4033

**„EINFACH
FRAU
EINFACH
STARK“**

Das Landratsamt FRG übernimmt keinerlei Haftung bei persönlichen Schäden oder Verletzungen.



**MEHR RAUM
UND ZEIT.**

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention

