

Fitness-Deutsch für Frauen – Ein Schnupperangebot

- *Sie möchten Ihr Deutsch verbessern?*
- *Sie möchten etwas für Ihre Gesundheit und Fitness tun?*

Das Schnupperangebot richtet sich an Frauen, die nicht nur „fit im Deutschen“, sondern auch „körperlich und seelisch fit“ sein möchten. Sie lernen schwungvoll die deutsche Rechtschreibung und üben das Verstehen von verschiedenen Texten aus dem Alltag.

Neben dem Deutschlernen fördern Sie Ihre mentale Stärke und Ausdauer durch Yoga, Tanz oder Meditation. So kehren Sie selbstbewusst und innerlich gestärkt in den Alltag zurück.

In einer vertrauensvollen und entspannten Atmosphäre können Sie so Ihre Sprachkenntnisse verbessern und tun gleichzeitig etwas für Ihre Fitness.

Das Angebot ist kostenfrei.

Zeit: montags, 9:45 – 12:00 Uhr

Zeitraum: 06.05.2019 – 01. 07.2019

Ort: Caritas-Zentrum Kalk, Bertramstr. 12-22, 51103 Köln

Trainerin: Gaby Bathe

ANMELDUNG:



Caritas-Zentrum Kalk
Cristina Peirón Baehr
Telefon: 0162- 2705988
cristina.peiron-baehr@caritas-koeln.de



Lernende Region-Netzwerk Köln e.V.
Martina Morales
Telefon: 0221 - 990829237
martina.morales@bildung.koeln.de