

# Alltags-Fitness-Test



Sportkreis  
Groß-Gerau e.V.  
im Landessportbund Hessen

**13.04.2026**  
15:00-18:00

**Es ist nie zu spät!**

Wie fit sind Sie für ein  
selbstbestimmtes Leben?

Sie sind über 60 und wollen fit bleiben?

Testen Sie ihre zukünftige  
Selbstständigkeit mit 6 einfachen Übungen  
bei Kaffee und Kuchen.

In Kooperation mit:



Mörfelden-Walldorf  
natürlich mittendrin



SCAN ME