

# Bewegung macht Spaß!

Und ist gesund.



*Die Hamburger Volkshochschule bietet in Zusammenarbeit mit der Grundschule Großlohering an:*

**WAS: Bewegung für Frauen:** Dieses abwechslungsreiche **Fitnessprogramm** mit Musik und Spaß in der Gruppe bringt Sie in Schwung und verbessert Ihr Körpergefühl! **WO:** Musikraum der **Grundschule Großlohering**, Großlohering 11, 22143 Hamburg. **WANN: Montags** von 16.00 bis 17.00 Uhr. **LEITUNG: Margrid Gerken.** **DAUER:** 15. Januar 2024 bis 24. Juni 2024. **KOSTEN:** 79 € pro Kurs und Teilnehmer\*in (**Ermäßigung möglich**). **HINWEIS: Keine Vorkenntnisse** erforderlich!

KONTAKT: [K.WOLF@VHS-HAMBURG.DE](mailto:K.WOLF@VHS-HAMBURG.DE)

 040/42731-2095



**HAMBURGER  
VOLKSHOCHSCHULE**

Grundbildungszentrum  
Billstedter Hauptstr. 69a • 22111 Hamburg