



**Vater Jahn Peine**

von 1862 Corporation



**Vater Jahn Peine**

von 1862 Corporation

**Der Vater Jahn Peine präsentiert seine neuen Angebote speziell aus dem Bereich Fitness und Gesundheitssport!**

Wir möchten Interessierten die Möglichkeit geben, sich über die umfangreichen Angebote im Bereich Präventionssport zu informieren und Sie zum Mitmachen einladen.

Auch Interessierte ohne Vereinsmitgliedschaft sind willkommen!

Besonders Sportvereine leisten einen wichtigen Beitrag zu Themen wie Bewegung, Pflege sozialer Kontakte und Integration.

Wir freuen uns, wenn wir Sie persönlich begrüßen können, um Ihnen ein entsprechendes Angebot zu empfehlen.

### **Ansprechpartner:**

**Jörg Barisch**  
**ÜL + Trainer**

Mobil: 0151 24211469

E-Mail: [j.barisch@aol.de](mailto:j.barisch@aol.de)



**Vater Jahn Peine von 1862 Corp.**

Hollandsmühle 4, 31226 Peine

E-Mail: [gs@vater-jahn-peine.de](mailto:gs@vater-jahn-peine.de)

**Hubertus Hahn**

Vorsitzender

E-Mail: [vorsitzender@vater-jahn-peine.de](mailto:vorsitzender@vater-jahn-peine.de)

**Silke Tyburski**

Stellv. Vorsitzende Sport

E-Mail: [sport@vater-jahn-peine.de](mailto:sport@vater-jahn-peine.de)

**Gesundheitstag**  
**beim**  
**Vater Jahn Peine**

Wann: 17.07.2021

11 – 13 Uhr

Wo: Vater-Jahn-Platz  
Hollandsmühle 4, 31226 Peine

## Neue Angebote im Verein

### **Fit & Gesund**

Die Schwerpunkte bei diesem Angebot liegen im Bereich Kraft, Beweglichkeit und Koordination

### **Bewegen statt Schonen**

... beinhaltet primär das Thema „Mobilität“

### **Cardio Aktiv**

... Ausdauer ist gefragt

### **Gesundheitstraining**

... Vernetzung der Schwerpunktthemen

### **Alltagstrainingsprogramm (ATP)**

Aktivitäten des alltäglichen Lebens

### **Standfest und stabil**

... Sturzprävention

### **Life Kinetik (Lizenzmodell)**

... die Lizenzmethode spricht alle an, die ihre geistige Beweglichkeit verbessern wollen.

## Ablauf Gesundheitstag

**11:00 - 11:15 Uhr**

Begrüßung, Vorstellung,  
Kurzpräsentation Verein

**11:15 – 11:45 Uhr**

Fit und Gesund

**11:50 - 12:20 Uhr**

Gesundheitstraining

**12:30 - 12:45 Uhr**

Life Kinetik

**... alles zum Mitmachen!**

**12:45 – 13:00 Uhr**

individuelle Beratung

## Anmeldung

Wenn Sie Interesse an einem oder mehreren Angeboten des Gesundheitstages haben, melden Sie sich bitte unter dem folgenden Link an:

<https://widgets.yolawo.de/w/60d4966149831f13eaf65b91>

Aufgrund der bestehenden Hygienevorschriften bringen Sie sich bitte eigene Getränke und ein eigenes Handtuch mit.

Bitte erscheinen Sie bereits in Sportkleidung, da die Umkleidekabinen derzeit noch geschlossen sind.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Gesundheitstag! ☺