Deutsches Rotes Kreuz Seniorenzentrum IMPULS

gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden

GESUND und FIT mit dem IMPULS (Mai / Juni 2025)

DRK Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6, 01127 Dresden
Tel: 0351 84722678
impuls@drk-dresden.de

Mai 2025

Nordic-Walking: jeden Do 10-12 Uhr
Treffpunkt nach Absprache **(mit Anmeldung)**

Yoga auf dem Stuhl: jeden Fr 10-11 Uhr im IMPULS
unter Anleitung von Yoga-Lehrerin Annette Duis
Beitrag: 4,00 EUR

Kurzwanderung: **am 05.05.2025**

Schönfelder Hochland – Gönnsdorf

Treff: 14 Uhr Ullersdorfer Platz (Linie 11 weiter mit Bus)
Beitrag: 3,00 EUR

Juni 2025

Nordic-Walking: jeden Do 10-12 Uhr
Treffpunkt nach Absprache **(mit Anmeldung)**

Yoga auf dem Stuhl: jeden Fr 10-11 Uhr im IMPULS
unter Anleitung von Yoga-Lehrerin Annette Duis
Beitrag: 4,00 EUR

Kurzwanderung: **am 02.06.2025**

Goppeln - Gerbergrund - Nickern

Treff: 14 Uhr am Postplatz (Linie 68 Richtung Goppeln)
Beitrag: 3,00 EUR

HINWEIS zur Teilnahme an Wanderungen / Exkursionen:

Die Teilnahme an den Wanderungen / Exkursionen erfolgt grundsätzlich auf eigenes Risiko. Jegliche Haftung durch den Veranstalter bzw. die Tourenleitung (z.B. für Unfälle) ist ausgeschlossen. Die Verantwortung für eventuelle individuelle vorzeitige Tourenabbrüche und eigene Rückwege liegt bei jeder teilnehmenden Person selbst.