

GESUND und FIT mit dem IMPULS (Juli / August 2025)

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

Juli 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 **07.07.2025**
Weixdorf – Rieseneiche – Klotzsche
Treff: 14 Uhr Haltestelle „Weixdorf“ (Linie 7)
Beitrag: 3,00 EUR

August 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 **04.08.2025**
Junge Heide - „Die Heide blüht“
Treff: 14 Uhr Haltestelle „Moritzburger Weg“ (Linie 7 & 8)
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.