

Einladung

## Bewegung für Frauen von Frauen

Nur für Frauen.


Bewegung die glücklich macht.

Keine Sportkleidung nötig.

Die Teilnahme ist kostenfrei!

Keine Anmeldung notwendig.

Einstieg jederzeit möglich.



Idar-Oberstein  
Januar – März  
2026

### Termine (montags) | jeweils 10.00 – 11.00 Uhr

05. Januar | 12. Januar | 19. Januar | 26. Januar | 02. Februar | 09. Februar |  
23. Februar | 02. März | 09. März | 16. März | 23. März | 30. März 2026

### Ort

TV 1848 Oberstein

Oberer Turnsaal

Wilhelmstraße 22

55743 Idar-Oberstein

### Sie haben Fragen?

Melden Sie sich gerne bei Kora Sauer, TV 1848 Oberstein, Tel: 06781 25459

Alle Angebote finden Sie auch unter: [www.agfrlp.de/birkenfeld](http://www.agfrlp.de/birkenfeld)



**teamw(ork)**  
für Gesundheit und Arbeit



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

