

Start: 3. und 4. April,
17-18 Uhr
Insgesamt 8-10
Termine
Ort: Frankenthal,
nach Absprache

Kosten pro Kurs
60,-€/ regulär
20,-€/ ermäßigt *
*mit Frankenthaler
Ermäßigungskarte



Infoabend

Montag, 25. März 2019 um 18 Uhr
Stadtklinik Frankenthal,
Personalcafeteria

Lauf- und Walkingkurs „Aktiv für die Seele“



Bündnis für seelische Gesundheit in Frankenthal

Anmeldung:
Am Informationsabend
oder bei der
Geschäftsstelle vom
Bündnis für seelische
Gesundheit
Am Rathausplatz 2-7
67227 Frankenthal
Tel.: 06233-89336
Email: melanie.krebs@
frankenthal.de

Bewegung tut nicht nur dem Körper gut, sondern auch der Seele. Studien haben gezeigt, dass sich bei den Personen, die sich regelmäßig in freier Natur bewegen, das seelische Wohlbefinden nachhaltig deutlich verbessert. Egal ob Sie depressive Phasen oder Angstzustände kennen oder ahnen, wie sich diese anfühlen, werden Sie **„Aktiv für die Seele“** und kommen Sie zu unserem Informationsabend. Wer möchte, kann an dem Abend bereits an einer kleinen Laufeinheit teilnehmen. Das Sportangebot wird von zertifizierten Trainern angeleitet und von unseren Experten für seelische Gesundheit begleitet. Das Angebot richtet sich an alle Interessierten, unabhängig von der körperlichen Fitness.

Gefördert von der Kommunalen Bürgerstiftung der
Stadt Frankenthal (Pfalz)

