



# Kolping

## Senioren

---

**Einladung zum Bauch-, Gehirn- und  
Lachmuskeltraining am 1.3.2023**





# Kolping

## Senioren

---

Liebe Kolping Seniorinnen und Senioren,

Heut in unseren reifen Tagen  
stellt man sich manchmal die Frage:  
wieviel „knackig“ ist gesund,  
läuft's im Kopf noch richtig rund?  
Hab ich heute schon gelacht?  
Wenn ja, ist alles richtig gemacht.  
Das Gedächtnis zu trainieren  
wollen wir euch animieren  
mit Spielen und auch mal die Arme schwingen  
wird es euch die Fitness bringen  
und vor allem frischen Mut  
weil, das tut uns allen gut.  
Viel Spaß für alle bei diesen Dingen  
denn:  
**„Alt werden ist nichts für Feiglinge“.**

Bis dahin eine schöne und gesunde Zeit

Treu Kolping



# Kolping

## Senioren

---

***Einladung zum***  
**Bauch-, Gehirn- und Lachmuskeltraining**  
**am Mittwoch 1. März 2023 15:00 Uhr**

Bei Kaffee und Tee mit leckerem Kuchen  
wollen wir an diesem Nachmittag  
unsere Sinne und Muskeln trainieren.



Wir freuen uns auf euch

Euer Leitungs-Team



# Kolping

## Senioren

---



Leider mussten wir uns auch von einigen Kolpingmitgliedern verabschieden

Mögen Sie ruhen in Frieden



---

Wir wünschen unseren kranken Seniorinnen und Senioren  
**„ Gute Besserung“**  
und hoffen, dass wir uns bald wiedersehen können.



---

Allen Seniorinnen und Senioren, die in diesem Jahr Geburtstag hatten und denen wir nicht persönlich gratulieren konnten, nachträglich

**„Herzlichen Glückwunsch“.**