

■ Was war los im Murgtalblick in Bayersbronn-Schwarzenberg

## Endlich ist es soweit

Ab Oktober bieten wir für unsere Senioren donnerstags um 14.00 Uhr zusätzlich zu unseren anderen Angeboten einen neuen Kurs „Fit mit Rollator“ an, der von unseren Bewohnern sofort gut angenommen wurde.

Es ist schon erstaunlich, was man mit einem Rollator alles machen kann und dazu auch Spaß macht. Zum einen können die Teilnehmer etwas für ihre Beweglichkeit und Fitness tun, zum anderen genügen schon täglich ein paar Übungen, um die Muskeln zu trainieren, den Kreislauf in Schwung zu bringen oder das Gleichgewicht zu verbessern.

Am Ende bekommt jeder Kursteilnehmer auch eine Urkunde und danach können sich alle den wohlverdienten Kaffee und Kuchen schmecken lassen.



*Bewohner freuen sich über die neuen Strandkörbe und genießen noch die letzten Sonnenstrahlen im Herbst auf der Terrasse*



*Besuch vom Musikverein aus Röt, worüber sich die Bewohner sehr gefreut haben*

