

## MITMACH- ANGEBOT

Alltags-Fitness Test  
12:00 – 16:00

**DJK**  
Wiking Köln  
1965 e.V.



Diözesan-  
Caritasverband für das  
Erzbistum Köln e. V.

**DJK**  
Sportverband  
Landesverband NRW

# Aktionstag Bewegt ÄLTER werden im Rahmen des Gesundheitstages des Caritas Diözesanverbandes Köln

06.10.2021 | 12:00 – 16:00 Uhrzeit

Georgstraße 7, 50676 Köln

## Aktiv & mobil bleiben, um sich in seinem Körper wohl zu fühlen – Egal in welchem Alter!

Welche Chance bietet mir Bewegung, wo finde ich mein persönliches Angebot und was ist überhaupt der richtige Sport für mich? Gibt es einen Verein, der zu mir passt?

### Wir möchten Sie herzlich einladen

- Bei uns den Alltagsfitnesstest zu machen und ihre Leistungsfähigkeit zu überprüfen
- Mit Vereinsvertretern über das passende Bewegungsangebot ins Gespräch zu kommen
- Sich Tipps für einen aktiven und gesunden Lebensstil abzuholen

Kommen Sie einfach vorbei, sprechen Sie uns an oder Informieren Sie sich bereits im Vorfeld.

### Kontaktdaten Diözesanverband:

DJK Sportverband Köln e.V. | Am Kielshof 2 | 51105 Köln  
0221 998084 0 | [info@djkdvkoeln.de](mailto:info@djkdvkoeln.de) | [www.djkdvkoeln.de](http://www.djkdvkoeln.de)

DJK Landesverband NRW  
Friedrich-Alfred-Str. 25  
47055 Duisburg

Telefon: 0203 72999360  
Fax: 0203 72999363  
E-Mail: [info@djklvnrw.de](mailto:info@djklvnrw.de)

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“  
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei  
des Landes Nordrhein-Westfalen



[www.DJK-VERNETZT.de](http://www.DJK-VERNETZT.de)

[www.VOLLWERTSPORT.de](http://www.VOLLWERTSPORT.de)

[www.SPORT-GOES-MOBILE.de](http://www.SPORT-GOES-MOBILE.de)