



Pressemitteilung

„Beweg Dich, dann bewegt sich was“: Der Postsportverein Remagen (PostSV) hält eine Vielzahl von sportlichen Möglichkeiten für alle Altersgruppen bereit. Zu Beginn eines neuen Jahres startet es sich besser. Leben heißt Bewegung. Ohne Bewegung: Stillstand, Starrheit, ist kein Fortkommen möglich. Das gilt für die Bewegung im Außen-, aber genauso für unser Innenleben. Wenn wir im Außen etwas in Bewegung bringen, dann bewegt sich auch etwas in unserem Inneren. Wir werden wieder lebendiger. Eine einfache Möglichkeit etwas in Bewegung zu bringen, ist Sport zu treiben. Er lädt ein, unseren Körper zu aktivieren und die Freude daran bewirkt einiges in unserem Inneren. Und mit mehr Lebendigkeit lässt sich auch unser Alltag viel besser bewältigen. Informieren Sie sich und schauen Sie doch einfach mal bei den verschiedenen Trainingsprogrammen wie Aerobic & Fitness, Gesundheits- und Seniorensport wie z. B. Pilates, Nordic-Walking, Qigong sowie Tanzen rein. Wenn Sie lieber Mannschaftssport betreiben möchten: hier hat der PostSV Basketball, Cheerleading und Volleyball im Angebot. Prüfen bzw. testen Sie, was zu Ihnen passt. Die Trainer und Übungsleiter stehen für Fragen gerne zur Verfügung. Trauen Sie sich etwas zu, probieren Sie aus. Und dies ist in jedem Lebensabschnitt möglich.

Falls Sie Fragen zum Training oder der Abteilung haben, wenden Sie sich bitte an das Büro: Telefon 02642-1213 oder informieren Sie sich auf unserer Homepage www.postsv-Remagen.de. (ACH)

Blick aktuell Remagen Nr. 09/2018

Postsportverein Remagen (PostSV)

„Beweg Dich, dann bewegt sich was“

Remagen. Der Postsportverein Remagen (PostSV) hält eine Vielzahl von sportlichen Möglichkeiten für alle Altersgruppen bereit.

Leben heißt Bewegung. Ohne Bewegung kommt es zu Still-

stand, Starrheit und es ist kein Fortkommen möglich. Das gilt für die Bewegung im Außen-, aber genauso für unser Innenleben.

Eine einfache Möglichkeit etwas in Bewegung zu bringen, ist

Sport zu treiben. Er lädt einen ein, den Körper zu aktivieren. Informieren Sie sich und schauen Sie doch einfach mal bei den verschiedenen Trainingsangeboten wie Aerobic & Fitness, Gesundheits- und Senioren-

sport, zum Beispiel Pilates, Nordic-Walking, Qigong sowie Tanzen rein. Für Mannschaftssportliebhaber gibt es auch Basketball, Cheerleading und Volleyball im Angebot.

Die Trainer und Übungsleiter

stehen für Fragen gerne zur Verfügung. Fragen zum Training oder den einzelnen Abteilungen können unter Tel. (0 26 42) 12 13 oder auf der Homepage www.postsv-Remagen.de gestellt werden.

Remagener Nachrichten Nr. 09/2018

■ „Beweg Dich, dann bewegt sich was“

REMAGEN. Der Postsportverein Remagen (PostSV) hält eine Vielzahl von sportlichen Möglichkeiten für alle Altersgruppen bereit. Und, zu Beginn eines neuen Jahres startet es sich immer besser.

Interessierte dürfen gerne bei den verschiedenen Trainingsangeboten wie Aerobic & Fitness, Gesundheits- und Seniorensport, z. B. Pilates, Nordic-Walking, Qigong sowie Tanzen rein-

schnuppern. Für diejenigen, die lieber Mannschaftssport betreiben möchten, hat der PostSV auch Basketball, Cheerleading und Volleyball im Angebot.

Die Trainer und Übungsleiter stehen für Fragen gerne zur Verfügung. Fragen zum Training oder den einzelnen Abteilungen gibt es unter:

Telefon 02642-1213 oder auf der Homepage www.postsv-Remagen.de.