

## MITMACH- ANGEBOT

Koordination und  
Gleichgewicht  
13:00 – 18:00

kirche-laeuft.de



familien.spiele.fest

**DJK**  
Sportverband  
Landesverband NRW

# Aktionstag Bewegt ÄLTER werden im Rahmen von kirche.läuft & familien.spiele.fest

26.06.2022 | 13:00 – 18:00 Uhr

Stadion-Vorwiesen am RheinEnergieStadion

## Mit guter Koordination aktiv & mobil bleiben!

Gleichgewicht, Reaktionsfähigkeit & Orientierungsfähigkeit sind Fähigkeiten der Koordination und helfen dabei fit zu bleiben und Unfälle zu vermeiden. In unserem Koordinations-Parcours testen sie Ihre Leistungsfähigkeit und kommen mit Vereinsvertretern ins Gespräch.

### Wir möchten Sie herzlich einladen

- Bei uns eine Gleichgewichts- und Koordinationstest 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)