



**Marktgemeinde  
St. Michael**  
in Obersteiermark

# BEWEGUNGS PROGRAMM für Senior\*innen

**Montag, 28.09.2026**

**Montag, 05.10.2026**

**Montag, 12.10.2026**

**Montag, 19.10.2026**



Großer Sitzungssaal  
der Marktgemeinde  
St. Michael i.O.

Jeweils von  
09:30 bis 11:00 Uhr

- Gutes tun für Körper, Geist und Seele
- Gedächtnis stärken
- Bewegung
- Entspannung

Jetzt anmelden unter  
0660 129 73 76

Seniorenanimateurin Gerlinde Steger

Mindestanzahl: 10 Teilnehmer\*innen

