

## Komm mit uns Schwimmen!

Schwimmen ist eine schöne und wichtige Sportart und aktiviert den ganzen Körper. Durch schwimmen bleibt man fit und gesund.

Alteo organisiert einmal im Monat eine Schwimmstunde für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Hier lernt man sich in langsamen Schritten im Wasser zu bewegen und zu schwimmen. Dadurch wird der Körper mobil und, bleibt in Form.

Angeleitet wird das Schwimmen durch eine ausgebildete Bademeisterin und unterstützt durch Alteo-Ehrenamtliche.

### Wichtig:

Diese Aktivität richtet sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung! Man darf, muss aber keine Badehaube tragen!

Weitere Angebote auf Website:  
[www.alteo-dg.be](http://www.alteo-dg.be)



## Kelmis

### Wann?

Immer Dienstags,  
1 x im Monat:

- 09. Januar 2024
- 06. Februar 2024
- 05. März 2024
- 02. April 2024
- 07. Mai 2024
- 04. Juni 2024

### Dauer:

18:30 Uhr bis 19:45 Uhr

### Wo?

Im Galmeibad,  
Patronagestraße. 53  
in Kelmis

### Preis:

8,-€

(Eintritt, Anleitung und  
Betreuung,...)

### Wo kann ich mich anmelden ?

Alteo VoG

Kloster Straße 29 in Eupen

Telefon: 087 59 61 36

Email: [vanessa.horst@mc.be](mailto:vanessa.horst@mc.be)