

# Workshop Sturzprophylaxe

## Bleiben Sie sicher auf den Beinen!

mit Christa Frank



**Mittwoch, 25. Februar 2026**

**14.30 - 16 Uhr**

**im Medien-und Kulturzentrum  
Seebuckel 20, 97944 Boxberg**

Durch gezielte Balance-, Stabilitäts- und Entspannungsübungen zum Mitmachen verbessern wir gemeinsam Ihre Beweglichkeit und senken das Risiko von Stürzen. Für mehr Sicherheit und Selbstvertrauen im Alltag.

Sie benötigen lediglich bequeme Kleidung und evtl. ein Getränk.

**Anmeldung bei:**

**Franziska Schindler**

**franziska.schindler@diakonie.ekiba.de**

**0171 9122586**

**Wir freuen uns über eine Spende.**

