



# Sitzgymnastik

**23.12.2025, 12:30 – 13:00**

Körper Bewegungen im Sitzen. Die Übungen sind sehr sanft und belasten die Gelenke weniger.

**Ort:** Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)

**Adresse:** Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer), 1230 Wien

**Tel:** 01 31399 293 201

**Veranstalter:** Klub Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)

**Wir freuen uns auf Sie!**