

# Ich bewege mich täglich

... ob in der Gymnastikgruppe

... beim Einkaufen zu Fuß

... oder beim Spaziergehen mit meinen Enkeln!

## Und was tun Sie, um sich auch im Alter gesund zu halten?



  
**Schritthalten**  
aktiv älter werden in Reutlingen

Finden Sie aus über 100 Bewegungsangeboten das Passende für sich - wohnortnah in Reutlingen und seinen Stadtteilen

[www.schritthalten-reutlingen.de](http://www.schritthalten-reutlingen.de)

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung