

Einladung zum:

Gesundheitstag Generation 60 Plus

Am **Sonntag, den 22.03.2026**
von **13.00 bis 17.30 Uhr**
Sportzentrum Nordost,
Neumeyerstr. 80, 90411 Nürnberg



Highlights:

- Prosecco Empfang
- Fachvorträge
- Fußdruckmessungen
- Körperanalyse
- Mitmachangebote
- Sehtests
- Kaffee & Kuchen
- und vieles mehr

Melden
Sie sich am
22.03.2026 an
und trainieren Sie
beitragsfrei
bis zum
01.05.2026

Nutzen Sie unseren kostenlosen Shuttle- Service:

12.45 Uhr – 17.30 Uhr,
von Bushaltestelle Herrenhütte
(ca. alle 15 Minuten)

HAUPTSPONSOR

 **TeilhaberBank**

Wir freuen uns über Ihren Besuch!
Freunde und Bekannte sind herzlich eingeladen.

PREMIUM-PARTNER:



www.post-sv.de



Post SV Nürnberg
100 Jahre Sport.

Vorträge*:

13.30 – 14.00 Uhr

Vitamin D – Wichtige Immunabwehr – *Anna Wellein*

14.40 – 15.15 Uhr

Diabetes im Blick: Wissen, das gesund hält – *Siggi Kaiser*

15.45 – 16.15 Uhr

Impulse und Rituale für mehr Lebensfreude, Resilienz und mentale Stärke – *Claudia Sabah*

Vorführungen/Mitmachangebote*:

13.00 – 17.30 Uhr

GolfRange Minigolf und Koordinationsspiel

14.10 – 14.30 Uhr

Dance & Fun – Gute Laune garantiert – *Gaby Knipfer*

15.20 – 15.40 Uhr

Sturzprophylaxe

Mehr Sicherheit durch Bewegung:

Koordination und Kraft gezielt trainieren – *Sandy Franke*

16.15 – 16.20 Uhr

Auftritt Jazz Dance – *Tanzschule Post SV*

16.20 – 16.40 Uhr

Gesellschaftstanz – ein Solo-Mitmachangebot für alle!

Messungen*:

13.00 – 17.30 Uhr

InBody 270 Körperanalyse

Messungen der Körperzusammensetzung

13.00 – 17.30 Uhr

Blutzucker-, Blutdruckmessung, Sauerstoffsättigung

13.00 – 17.30 Uhr

Fußdruckmessung (Pedobarographie)

13.00 – 17.30 Uhr

Sehtest, Brilleneinstellung

Infostände:

- VR Bank Reise Center
- Orthopädie Richter
- Optik Schlemmer
- Computer Club Nürnberg 50+
- Stadt seniorenrat Nürnberg
- Seniorennetzwerk Thon/Wetzendorf/Schniegling
- Medic Center Nürnberg
- GolfRange Nürnberg
- Post SV

*Sämtliche Angebote sind kostenlos und ohne Voranmeldung.

UNSERE SPONSOREN:

