

Fit & Fun



Die Fit & Fun Gruppe ist ein offenes und niedrigschwelliges Bewegungsangebot, bei dem vor allen Dingen der Spaß an Bewegung im Vordergrund steht. Ziel ist es mit viel Freude in einer unterstützenden Gemeinschaft etwas für die körperliche und mentale Gesundheit zu tun – ganz ohne Leistungsdruck. Es sind keine Voraussetzungen nötig. In der Gruppe ist jeder willkommen, der sich einfach nur mehr bewegen möchte. Durch wechselnde Treffpunkte im Landkreis können möglichst viele Menschen erreicht werden und die vielfältigen Möglichkeiten der Region aktiv genutzt werden.

Wann: ab dem 24.04.2026, freitags alle 2 Wochen

Uhrzeit: 9 - 10 Uhr

Wo: wechselnde Orte im Landkreis

Anmeldung: im Sekretariat, bei den Berater*innen
oder telefonisch unter 09161/873571

Leitung: Anita Scherbaum

Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 8 Personen begrenzt.

Sozialpsychiatrischer Dienst

91413 Neustadt/Aisch, Untere Schloßgasse 7

Tel. 09161/873571