FITGYM TURNGRUPPEN

Bewegung, Spiel und Spass lautet das Motto der Pro Senectute Turngruppe.

Hier können Sie Ihre Körperhaltung und Ihre Kondition, d.h. Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft bis ins hohe Alter erhalten oder gar verbessern.

Unter der Leitung von ausgebildeten Erwachsenensport-Leiterinnen regen Sie Ihren Kreislauf an, halten die Gelenke beweglich und kräftigen die Muskulatur.

Sie sind herzlich zu einer kostenlosen Schnupperlektion willkommen.

FITGYM TURNGRUPPEN

Pro Senectute Kanton Zug 041 727 50 50
Aegeristrasse 52
6300 Zug
info@zg.prosenectute.ch
www.zg.prosenectute.ch

Zeit

Montag, 8 – 9 h / Turnen für Männer

Montag, 9 – 10 h / Turnen für Frauen

Ort

Mehrzweckhalle Sunnegrund 4, Steinhausen

Leitung

Theres Gisler 041 741 28 53

Marianne Fischer 041 780 25 06

Kosten:

Fr. 75.- pro Kurseinheit / Halbjahr

Hinweis:

Die genauen Kursdaten finden Sie unter
www.zg.prosenectute.ch

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER