

# 60+ Gymnastik



Geführt wird die Gymnastik neu von  
**Barbara Ringgenberg aus Leissigen**

Das Angebot ist gut für die Kräftigung Ihrer Muskeln,  
die Mobilisation und mit Gehirnjoggingspielen. Die  
Gymnastik kann auch sitzend ausgeführt werden.

Das Turnen findet im Gemeindesaal Bettenried  
statt, an folgenden Dienstagnachmittagen:

**8. + 22. Januar 2019**  
**5. + 12. Februar 2019**

**5. + 26. März 2019**  
weitere Daten folgen

**jeweils von 14.00 – 15.00 Uhr**

Es wird ein Unkostenbeitrag von Fr. 5.00 pro Mal einkassiert.

An- oder Abmeldung ist keine erforderlich.

Auskunft erhalten Sie bei:  
Barbara Ringgenberg – 079 435 26 23 – familie.ringgenberg@gmail.com