



60+Gymnastik

Geführt wird die Gymnastik von Frau Zurbuchen, welche anlässlich eines Seniorennachmittags engagiert wurde.

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:

14. + 28. August 2018

16. + 30. Oktober 2018

4. September 2018

13. + 27. November 2018

4. Dezember 2018

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:
Manuela Jörg - 079 258 32 38 - manelajoerg@quicknet.ch