



Weitere Infos und Anmeldung

Fitness & Gymnastik, Schlossrued

Trainieren Sie in vielseitigen Lektionen Ihre körperliche und geistige Fitness. Mit gezielten Übungen und Spielen werden Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Gedächtnis gefördert und erhalten. Das Motto in jeder Lektion ist: Lachen, lernen, leisten.

- Angebot:** 26-2HJ-FG-KUL-07
- Termine:** 14.08.2026 - 18.12.2026
17 x Fr 14:00 - 15:00
- Ausfalltage:** 02.10.2026, 09.10.2026
- Ort:** Turnhalle, 5044 Schlossrued
- Kosten:** CHF 66.00 Abo-Bestellung im Shop via Anmeldebutton. Eine Schnupperlektion ist kostenlos. 10-er Abo: CHF 66.00 / 20-er Abo: CHF 120.00
- Hinweise:** wöchentlich, ausser in den Schulferien



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.