PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Weitere Infos und Anmeldung

# Yoga

Möchten Sie Ihre Beweglichkeit, Wahrnehmung, Konzentration und innere Ruhe fördern? Durch gesundheitsfördernde Yoga-, Atem-, Gleichgewichts-und Entspannungsübungen können Sie Ihr ganzheitliches Wohlbefinden stärken, Energie und Kraft aufbauen und Verspannungen abbauen. Ihre Lebensqualität und Vitalität entfalten sich und Ihr Alltag wird um eine Nuance reicher.

**Angebot:** 26-4Q-BE-ZOF-12

**Termine:** 14.10.2026 - 16.12.2026
10 x Mi 15:30 - 16:30

**Leitung:** Daniela Ottiger

**Ort:** Alte Kaserne, Hintere Hauptgasse 3, 4800 Zofingen, Bewegungsraum Nord / 3. OG

**Kosten:** CHF 220.00

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

Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.

Pro Senectute Aargau
Beratungsstelle Bezirk Zofingen
Vordere Hauptgasse 21 – 4800 Zofingen – Telefon +41 62 752 21 61
zofingen@ag.prosenectute.ch – ag.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH16 0900 0000 5000 0333 3