

Gleichgewichtstraining im Schützenmattpark

Ein Gleichgewichts-, Kraft- und Koordinationstraining im Freien. Ein Training, das Freude bereitet und die Sicherheit im Alltag fördert.

Kursangaben

Zielgruppe Der Kurs richtet sich an Personen ab 50 Jahre

Tag/Zeit Mi. 11. April 2018 – 27. Juni 2018 (12x)
13.00 – 14.00 Uhr

Anmeldung Fortlaufend möglich

Treffpunkt Fitnesscenter Akzent Forum, Gymnastikraum EG
(Belchenstrasse 15)

Kosten Fr. 192.-

Kursleiter Susanne Hüglin Berger, Debora Wick
Trainerinnen Sturzprävention

Besonderes Bei schlechter Witterung im Gymnastikraum

Informationen 061 206 44 66 / www.bb.pro-senectute.ch
076 545 81 27 / www.hopp-la.ch

Gleichgewichtstraining im Schützenmattpark

Ein Gleichgewichts-, Kraft- und Koordinationstraining im Freien. Ein Training, das Freude bereitet und die Sicherheit im Alltag fördert.

Kursangaben

Zielgruppe	Der Kurs richtet sich an Personen ab 50 Jahre
------------	---

Tag/Zeit	Mi. 11. April 2018 – 27. Juni 2018 (12x) 13.00 – 14.00 Uhr
----------	---

Anmeldung	Fortlaufend möglich
-----------	---------------------

Treffpunkt	Fitnesscenter Akzent Forum, Gymnastikraum EG (Belchenstrasse 15)
------------	---

Kosten	Fr. 192.–
--------	-----------

Kursleiter	Susanne Hüglin Berger, Debora Wick Trainerinnen Sturzprävention
------------	--

Besonderes	Bei schlechter Witterung im Gymnastikraum
------------	---

Informationen	061 206 44 66 / www.bb.pro-senectute.ch 076 545 81 27 / www.hopp-la.ch
---------------	--
