Turngruppen

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Älter werden : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug**

Band (Jahr): **9 (2003)**

Heft 17

PDF erstellt am: **27.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Turngruppen

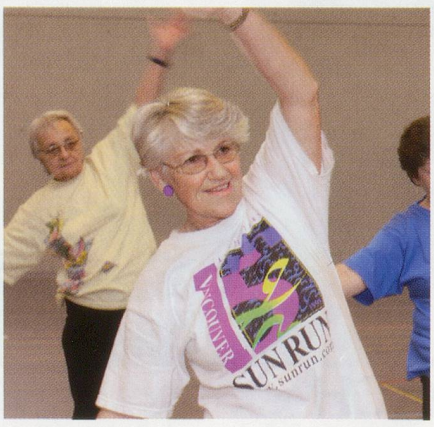
Durch Bewegung, Spiel und Sport kann die Kondition, das heisst Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft bis ins hohe Alter erhalten oder gar verbessert werden.

In den wöchentlichen Turnstunden werden Sie Ihren Kreislauf anregen, die Gelenke beweglich halten und die Muskulatur kräftigen. Zudem macht Sport in der Gruppe mehr Spass und fördert die Kameradschaft.

Die Turnstunden – geführt von Turnleiterinnen der Pro Senectute Kanton Zug – eignen sich für Leute, die gerne in fröhlicher und lockerer Atmosphäre etwas zur Förderung ihrer Gesundheit tun wollen. Eine Turnstunde kostet Fr. 3.–.

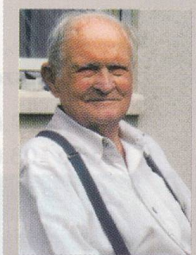
Sie sind allein oder zusammen mit einer Kollegin, mit einem Kollegen jederzeit herzlich willkommen. Machen Sie mit, kommen Sie zu einer kostenlosen Schnupperlektion.

Auskünfte erteilen Ihnen die nebenstehenden Seniorensport-Leiterinnen oder auch Pro Senectute Kanton Zug gerne, Telefon 041 727 50 55.



Allenwinden					
Schulhaus	4.6451.1	Mo	14.00 h	Albi Haupt	041 761 10 91
Baar					
Pavillon Bahnmatt	4.6451.2	Mo	14.15 h	Doris Walt	041 761 30 10
Wiesental	4.6451.3	Do	09.00 h	Paula Radler	041 761 49 78
Inwil Rainhalde	4.6451.5	Do	09.00 h	Hedy Stapfer	041 761 24 84
Cham					
Altersheim Büel	4.6451.4	Di	08.45 h	Gertrud Lang	041 780 48 14
Altersheim Büel	4.6451.6	Di	14.00 h	Yvonne Livingston	041 780 46 16
Pfarreiheim	4.6451.7	Mi	09.15 h	Agnes Mühlemann	041 787 26 29
Hagendorn					
Turnhalle	4.6451.8	Mi	08.30 h	Gertrud Lang	041 780 48 14
Hünenberg					
Einhornsaal	4.6451.9	Mi	14.15 h	A. Unternährer	041 780 63 92
Menzingen					
Marianum	4.6451.10	Di	15.30 h	Yvonne Weiss	041 755 26 40
Neuheim					
Turnhalle	4.6451.12	Mi	14.00 h	Ursula Sidler	041 755 25 33
Oberägeri					
Pf'zentrum Hofstettli	4.6451.13	Di	14.00 h	Astrid Reichmuth	041 750 46 14
Hofmatt	4.6451.14	Mo	18.30 h	Ruth Rogenmoser	041 750 12 31
Oberwil					
Turnhalle	4.6451.15	Mi	14.30 h	Irène Bihlmaier	041 740 56 10
Rotkreuz					
Gymnastikhalle	4.6451.16	Mi	14.00 h	Gerti Kaeser	041 790 19 30
Steinhausen					
Sunnegrund	4.6451.17	Mo	08.00 h	Erika Hauenstein	041 741 16 33
Dreifachturnhalle	4.6451.18	Mo	09.00 h	Kathrin Moos	041 741 14 66
Altersheim	4.6451.19	Di	14.30 h	Heidi Meienberg	041 741 20 33
Unterägeri					
Aula	4.6451.20	Di	14.00 h	Heidi Schelbert	041 750 19 70
Walchwil					
Engelmatt	4.6451.22	Mi	14.00 h	Marie-Claire Rust	041 758 13 07
Zug					
Guthirt Gymn'halle	4.6451.23	Mi	08.15 h	Vreni Odermatt	041 711 73 62
Guthirt Gymn'halle	4.6451.24	Di	10.00 h	Vreni Odermatt	041 711 73 62
Herti	4.6451.25	Mi	14.00 h	Margrit Renggli	041 741 79 63
St. Michael	4.6451.26	Fr	14.45 h	Erika Weber	041 711 08 91

Bucher´s Privatspitex Langackerstr. 30, 6330 Cham, 076 321 44 77 / 041 781 39 19
E -Mail: privatspitex@hotmail.com



Unser Angebot ist umfassend und **Ihren Wünschen** sind „fast" keine Grenzen gesetzt. Auf Anfrage schicken wir Ihnen gerne die Pflegebroschüre zu.

Prüfen Sie unser kostengünstiges Angebot