

Sportwoche Sommer

Objekttyp: **Index**

Zeitschrift: **Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): - **(2012)**

Heft 1

PDF erstellt am: **10.07.2024**

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>

Tennis in Buchs / ZH

| | |
|--------------------|--|
| WANN | Donnerstag (und evtl. Mittwochmorgen), zwischen 08.00 und 11.00 Uhr gemäss Einteilung |
| EINSTIEG | Neue Kurse auf Anfrage |
| KURSORT | Tenniscenter Furtbach Furtbachstrasse 22, 8107 Buchs www.tennis-buchs.ch |
| KOSTEN | CHF 200.– pro Person bei 3er-Gruppe, CHF 160.– pro Person bei 4er-Gruppe (8 x 60 Min., inkl. Platzmiete) |
| LEITUNG | Fredi Schnorf und Peter Nell |
| INFO/ ANMELDUNG | Fredi Schnorf 044 844 22 32/079 245 86 52 f.schnorf@bluewin.ch www.tennis-buchs.ch |

Tennis in Dürnten

| | |
|--------------------|---|
| WANN | 06.01. – 20.04. (ohne Sportferien) 11.05. – 31.08. (ohne Sommerferien) 07.09. – 07.12. (ohne Herbstferien) 08.00 – 09.00 Uhr 09.00 – 10.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 12.00 Uhr |
| EINSTIEG | Laufende Kurse, Einstieg jederzeit möglich |
| KURSORT | Tennishalle Dürnten Bubikonstrasse 43a 8635 Dürnten |
| KOSTEN | CHF 250.– (12 x 60 Minuten, inkl. Platzmiete) |
| INFO/ ANMELDUNG | Toni Schnetzer, 044 937 11 42 a.schnetzer@hispeed.ch oder Hans Guldemann 044 937 25 38 |

SPORTWOCHE SOMMER

AKTIV-SPORTWOCHE

Die beliebte Sportwoche findet in diesem Jahr im wildromantischen Saastal (1600 m.ü.M.) statt. Inmitten der mächtigen Viertausender sind ideale Vorausset-

zungen für Bewegung und Sport in einem abwechslungsreichen Programm gegeben. Anfang Woche finden Lektionen für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene in der Hauptsportart Nordic Walking statt. Täglich bringen Sie sich mit Gymnastik in Schwung und wandern teils in hochalpinem Gelände (2500 m.ü.M.). Die Wellness-Oase im Dreisternehotel lädt zum Entspannen ein. Interessante Informationen über Gesundheit, Bewegung, Natur, Land und Leute runden das Programm ab. Die Detailausschreibung inkl. Anmeldetalon kann bezogen werden über Pro Senectute Kanton Zürich, Bewegung und Sport, Forchstrasse 145, 8032 Zürich, Tel. 058 451 51 31 oder sport@zh.pro-senectute.ch oder www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Bewegung und Sport > Sportwochen.

| | |
|----------------------|--|
| WANN | So – Fr, 09. – 14.09.2012 |
| ORT | Saas-Almagell/Wallis Hotel Kristall-Saphir |
| KOSTEN | Pauschal ab CHF 670.– (DZ Elegance mit Dusche, WC) |
| ANREISE | Individuell |
| LEITUNG/ AUSKUNFT | Walter Isaak, 044 869 12 57 iisaak@bluewin.ch und Beatrice Frischknecht 055 243 23 07 |
| ANMELDUNG | Pro Senectute, 058 451 51 31 sport@zh.pro-senectute.ch www.zh.pro-senectute.ch bis 04.07. |

BILDUNG UND KULTUR

Die Abkürzung PSZH steht für Pro Senectute Kanton Zürich, DC für Dienstleistungszentrum.

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

Gedächtnistraining Kurse und Club

Mit vielseitigen und spielerischen Übungen trainieren Sie Ihre Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung und Sinneswahrnehmung.

Grundkurs Gedächtnistraining in Bülach

| | |
|--------------------------------|---|
| WANN | Donnerstag, 16.00 – 17.45 Uhr 15.03., 22.03., 29.03., 12.04., 19.04., 26.04. |
| LEITUNG | Susanne Fritschi, Gedächtnistrainerin SVGT |
| KOSTEN | CHF 160.– (6 x 90 Minuten plus Pause) |
| KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG | PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@ zh.pro-senectute.ch Anmelden bis 07.03. |

Gedächtnis-Träff in Bülach

| | |
|--------------------------------|--|
| WANN | Montag, 13.30 – 15.00 Uhr 19.03., 16.04., 21.05., 18.06. |
| LEITUNG | Susanne Fritschi, Gedächtnistrainerin SVGT |
| KOSTEN | CHF 110.– (4 x 90 Minuten) |
| KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG | PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@ zh.pro-senectute.ch |

Gedächtnis-Club in Winterthur

| | |
|--------------------|--|
| WANN | Mittwoch, 09.30 – 11.30 Uhr 14.03., 18.04. |
| EINSTIEG | Jederzeit möglich |
| KURSORT | Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur |
| LEITUNG | Maria Holenstein, Gedächtnis- trainerin SVGT, und Ruedi Egli, liz. SIMA®-Trainer |
| KOSTEN | CHF 20.– pro Morgen Im Abo von 5 und 10 Trainingseinheiten |
| INFO/ ANMELDUNG | PSZH, DC Winterthur Astrid Schöni Graf 058 451 54 29 astrid.schoeni@ zh.pro-senectute.ch |

Grundkurs Geistige Fitness in Zürich

| | |
|---------|--|
| WANN | Dienstag, 09.30 – 11.45 Uhr 08.05. – 03.07. (ohne 12.06.) |
| LEITUNG | Ines Moser-Will, Gedächtnis- trainerin SVGT, Buchautorin |

→