

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2019)  
**Heft:** 2: Neue Ziele finden : wie sich Menschen nach der Pensionierung neu orientieren und engagieren : Beispiele, die Mut machen und inspirieren

## Titelseiten

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 13.10.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**


Nr. 2 Sommer 2019

# Aktiv

Beilage zu *Visit*, dem Magazin  
von Pro Senectute Kanton Zürich  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

PRO  
**SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

A photograph showing two men lying on their backs on purple mats in a gym. They are using blue resistance bands to perform leg exercises. The man in the foreground is wearing a red shirt and dark shorts, while the man in the background is wearing a yellow shirt and black shorts. Both are holding the ends of the bands with their hands and pulling them towards their feet. The background is a plain wall.

Alle Kurse  
auch unter  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)  
buchbar

## Lebenselixier Bewegung und Sport

Die Möglichkeiten, sich auch im hohen Alter sportlich zu betätigen, sind äusserst vielfältig.