

Wir bewegen  
machen Kraftübungen



uns bewusst und  
und Spiele... !

Wir haben viel Spass an der  
gemeinsamen Bewegung.  
Dabei macht uns die  
Tatsache, unseren Körper zu  
stärken am meisten Freude.  
Unsere Trainings runden wir  
ab und zu mit diversen  
anderen Anlässen ausserhalb  
der Halle ab.

## Frauen

Gymnastik, Ausdauer,  
Koordination und Spiele



Du möchtest etwas für deine Fitness tun?

Unsere tollen Trainingseinheiten werden ab und zu auch durch spannende Alternative Programme ersetzt.



Dann melde Dich bei uns!  
Gerne darfst Du ein Probetraining bei uns absolvieren.

Wir würden uns über Dich als neues Turnmitglied freuen.



**Unsere Leiterin**  
Marianne Flückiger

### **Kontakt**

Marianne Flückiger

079 262 34 87

[frauen@satus-guemligen.ch](mailto:frauen@satus-guemligen.ch)

[www.satus-guemligen.ch](http://www.satus-guemligen.ch)



### **Trainingszeiten**

Jeden Mittwoch

19.30 Uhr bis 21.00 Uhr

Turnhalle Moos Gümligen