

Wir bewegen uns
machen Kraftübungen



bewusst und
und Spiele...

Senioren
Kraft und Spiele



Wir haben viel Spass an der
gemeinsamen Gymnastik.
Dabei macht uns die
Tatsache, unseren Körper zu
stärken am meisten Freude.
Unsere Trainings runden wir
ab und zu mit kleinen
Wanderungen und
Ausflügen, ausserhalb vom
Bärtschihaus ab.


ATUS
Sportverein Gümligen

Die Gymnastik hilft uns fit und kräftig zu bleiben!

Unsere tollen Trainingseinheiten werden ab und zu auch durch ein Alternativprogramm, wie zum Beispiel Ausflüge und Brunchs ersetzt.



Gerne darfst Du ein Probetraining bei uns absolvieren.

Wir würden uns über Dich als neues Turnmitglied freuen.



Unsere Leiterin

Marlies Marti

Ich teile die Freude an der Bewegung mit Allen!

Kontakt

031 951 29 04

senioren@satus-guemligen.ch

www.satus-guemligen.ch



Trainingszeiten

Freitag

08.50 Uhr bis 09.50 Uhr

Bärtschihaus Gümligen