

Wir bleiben fit

und haben Spass!



Zu Beginn unseres Trainings wärmen wir uns auf, um anschliessend an diversen Sportgeräten verschiedene Übungen zu machen oder ein Fitnessstraining durchzuführen. Zum Schluss spielen wir noch ein Spiel, zum Beispiel Fussball, Unihockey usw.

Turner

Spiele, Fitness & Geräteturnen




ATUS
Sportverein Gümligen

Bei uns steht die Freude am Zusammensein an erster Stelle. Wir gehen nach dem Turnen immer noch etwas trinken und tauschen uns aus.

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

Du bist zwischen 16 und 50 Jahre alt, bist sportlich und verfügst über koordinative Fähigkeiten?

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

Wir würden uns über Dich als neues Turnmitglied freuen.



Unser Leiter

Marc Muhmenthaler

Mit viel Freude leite ich seit vielen Jahren die Sportriege. Ich habe die J+S Grundausbildung im Turnen gemacht und bilde mich jährlich bei mehreren Regionalkursen des Satus Sportvereins weiter.

Kontakt

079 616 32 15

turner@satus-guemligen.ch

www.satus-guemligen.ch



Trainingszeiten

Jeden Donnerstag

20.00 Uhr – 21.30 Uhr

Turnhalle Füllerich