



Weitere Infos und Anmeldung

Fitness & Gymnastik Rudolfstetten-Friedlisberg

Trainieren Sie in vielseitigen Lektionen Ihre körperliche und geistige Fitness. Mit gezielten Übungen und Spielen werden Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Gedächtnis gefördert und erhalten. Das Motto in jeder Lektion ist: Lachen, lernen, leisten.

- Angebot:** 26-2HJ-FG-BRE-08
- Termine:** 13.08.2026 - 17.12.2026
17 x Do 09:00 - 10:00
- Ausfalltage:** 01.10.2026, 08.10.2026
- Leitung:** Sabine Ender, Trudi Sigwart, Lisbeth Wirth
- Ort:** Katholische Kirche Christkönig, Alte Bremgartenstrasse 14, 8964 Rudolfstetten
- Kosten:** CHF 66.00 Abo-Bestellung im Shop via Anmeldebutton. Eine Schnupperlektion ist kostenlos. 10-er Abo: CHF 66.00 / 20-er Abo: CHF 120.00
- Hinweise:** Kontakt Leitungen
Lisbeth Wirth 079 739 97 08
Sabine Ender 079 174 41 51
Trudi Sigwart 079 396 11 80



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.

