

«Fit im Alter»

Altersturnen fürs Haslital

Ab September 2024 bieten wir für ältere Menschen in der Region ein öffentliches Altersturnen an. Bleiben Sie aktiv und fördern Sie Ihre Gesundheit.



Wann

Ab dem 17. September 2024, jeweils dienstags von 14.00-15.00 Uhr.
Eine vorgängige Anmeldung für das Turnen ist nicht notwendig.

Wo

Stiftung Alpbach, Saal Alpbachhüüs, Lenggasse 50, 3860 Meiringen.

Mitnehmen

Freude, Motivation am Bewegen.

Für wen

Für alle die sich gerne bewegen und soziale Kontakte schätzen.
Reinschnuppern ist jederzeit möglich.

Kosten

Im Rahmen unserer Öffentlichkeitsarbeit stellen wir dies zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie.

Informationen

Sigrid Niedermann, Leitung Aktivierung, verantwortliche
Freiwilligenarbeit, 033 972 42 52, info@stiftung-alpbach.ch

