

Anmeldung:

Turngruppe 60 +

Name

.....

Vorname

.....

Adresse

.....

PLZ Ort

.....

Telefon

.....

Natelnummer

.....

Emailadresse

.....

ich werde gebracht und abgeholt durch:

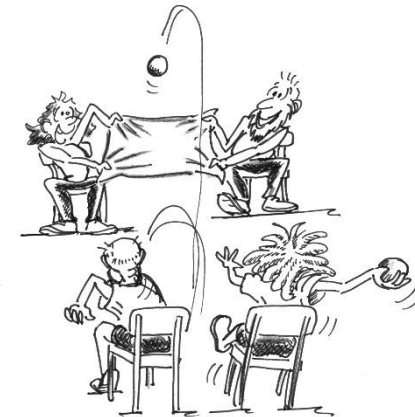
.....



Ressort Sport



Wer rastet, der rostet –
Chum, mach au mit!



Turngruppe 60+

Wir trainieren

unsere Koordination, Balance, Beweglichkeit, Ausdauer, Ausrichtung, Körperwahrnehmung und unser Gleichgewicht

und entspannen uns mit

Musik, Klopfmassagen und Dehnübungen

Wir benutzen dazu:

Ball, Tuch, Thera-Band, Seil, Reifen, Massageball, Spiele

Selbstverständlich halten wir unser Schutzkonzept ein und werden aus diesem Grund bis nach der Corona-Krise keine Hilfsmittel gemeinsam gebrauchen

Wir treffen uns jeden

Montag, 14.45-16.00 Uhr ausser in den Schulferien

im Sala Quadriga in der ESB, Schauenburgerstrasse 16,
4410 Liestal

Komm doch vorbei für eine **Schnupperstunde** und schau,
ob es dir bei uns gefällt – wir freuen uns auf dich!

Melde dich auf der Geschäftsstelle

Heimweg

Nach der Turnstunde muss jede/r den Heimweg selbst organisieren

Leitung

Jeannette Steger, Hersberg

Teilnehmende

Erwachsene ab 60 Jahren

Jahresbeitrag

Mitglieder Fr. 80.-

Auskunft und Anmeldung

Geschäftsstelle insieme BL, Eichenweg 1,
4410 Liestal / 061 922 03 14
info@insieme-bl.ch / insieme-bl.ch