



Fitness und Gymnastik in Hirschthal[®]

Für Frauen und Männer ab 60 Jahren

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

Tag und Zeit Montag, 17.30 – 18.30 Uhr

Ort Mehrzweckhalle Hirschmatt, Hirschthal

Leitung Monika Thalmann, Telefon 079 516 85 84

Kosten Eine Schnupperlektion ist kostenlos.
10er-Abo: CHF 60.00 / 20er-Abo: CHF 110.00
Preisänderungen bleiben vorbehalten.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

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

Pro Senectute Aargau · Beratungsstelle Bezirk Aarau
Telefon 062 837 50 40 · aarau@ag.prosenectute.ch