

In Bewegung bleiben...



## Senioren Turnen

### Montags von 9 bis 10 Uhr

Ziel	Möglichst lange beweglich und fit bleiben (das Turnen richtet sich bewusst an ältere Menschen)
Ort	Gemeindehaus Olsberg, Gemeindesaal
Zeit	Montag 9-10 Uhr
Kosten	10er Abo CHF 145.- (6 Monate gültig)
Kleidung	bequem, der Saison angepasst
Mitbringen	ein Frotteetuch
Turnmatten	vorhanden, kann auch privat mitgebracht werden
Leiterin	Jessica Feistle
Anmeldung	an Jessica Feistle Tel: 079 742 25 14

Sind Sie dabei? Haben Sie Fragen? Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme.

Jessica Feistle, Yoga & Pilates Trainerin