# Zeitlupe Umfrage : Senioren-Sport

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **76 (1998)**

Heft 9

PDF erstellt am: **16.05.2024**

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

# Seniorengruppe Albula

**Senioren und Seniorinnen einer ganzen Talschaft in Graubünden lernen sich an den verschiedenartigsten Sport- und Kulturanlässen besser kennen. – Hier die Seniorengruppe Albula unterwegs auf einer Winterwanderung.**
*Foto: SGA*

Vor drei Jahren gründete Fridolin Quinter die Seniorengruppe Albula, die sich aus Seniorinnen und Senioren aus zwölf Gemeinden Graubündens zusammensetzt. Bewusst wurde auf eine reine Wandergruppe verzichtet; neben zehn Sommer- und fünf Winterwanderungen pro Jahr gehören auch kulturelle Veranstaltungen, Jassnachmittage, Schwimmkurse, Wassergymnastik, Volkstanzen und Skifahren zum Angebot. Das Ziel, die Pensionierten einer ganzen Talschaft einander näher zu bringen, wurde erreicht, haben doch bis jetzt über 4000 Teilnahmen bewiesen, dass das Angebot einem starken Bedürfnis entspricht. *zk*

## ZEITLUPE UMFRAGE

### *Senioren-Sport*

*Liebe Leserinnen und Leser*
*Machen Sie aktiv in einer Sportgruppe mit? Wenn ja, welche Erfahrungen machen Sie dabei? Und wenn nein, was hält Sie davon ab? Wie beeinflusst die sportliche Betätigung Ihr körperliches und seelisches Befinden? Sind Sie mit dem Angebot an Sportmöglichkeiten für ältere Menschen zufrieden?*
*Bitte schreiben Sie uns. Ihr Brief sollte bis am 8. September bei uns eintreffen und nicht mehr als eine A4-Seite umfassen.*
*Jeder veröffentlichte Brief wird mit 20 Franken honoriert. Die Redaktion behält sich vor, die Briefe zu kürzen.*
*Unsere Adresse:*
*Zeitlupe, Leserumfrage,*
*Postfach 642, 8027 Zürich,*
*Fax 01 283 89 10,*
*E-Mail: zeitlupe@pro-senectute.ch*

### *Bücherliste*

***Alterssport.*** *Aktuelle Forschungsergebnisse. / Denk, Heinz (Hrsg.). Schorndorf: Karl Hofmann 1996. 213 S. (14.4.259)*

***Bewegung, Spiel und Sport im Alter.*** *Bd. 1. Bedürfnissituation Älterer. / Denk, Heinz; Dieter Pache. Köln: Sport und Buch Strauss 1996. VIII, 146 S. (Berichte und Materialien des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 1996, Bd. 2) (14.4.268)*

***Bewegung, Spiel und Sport im Alter.*** *Bd. 2. Strukturelle Merkmale von Angeboten. / Allmer, Henning u.a. Köln: Sport und Buch Strauss 1996. X, 140 S. (Berichte und Materialien des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 1996, Bd. 3) (14.4.270)*

***Bewegung, Sport und Gesundheit im Alter.*** */ Meusel, Heinz. Wiesbaden: Quelle und Meyer 1996. XII, 251 S. (14.4.237)*

***Bewegung, Sport und Altern.*** *35. Magglinger Symposium, 16.–18. Mai 1996. / Stierlin, Max (Hrsg.). Magglingen : Eidg. Sportschule 1996. 148 S. (14.4.255)*

***Bewegungsspass für Senioren.*** */ Hanna, Evi und Hans. München: Don Bosco 1998. 171 S. (14.4.280)*

***Gymnastik im Herz- und Alterssport.*** *Motivation durch Variation. / Wollring, Ursula Aachen: Meyer und Meyer 1997. 189 S. (14.4.257)*

***Leben mit Sport. Aktiv ins Alter.*** */ Zimmerstädt, Günther. Heidelberg: v. Decker 1996. 135 S. (Schriftenreihe zum Deutschen Sporthandbuch) (14.4.266)*

***Sportliche Aktivität und Wohlbefinden im Alter.*** */ Krings, Franciska. Lizentiatsarbeit, Institut für Psychologie der Universität Basel. Basel 1995. 118 S. (60.650)*

***Übungen Seniorensport. Altenpflege, Gymnastik zu Hause, Seniorensport, Seniorentanz.*** */ Kruber, Dieter; A. Kruber. Bonn: Dümmler 1996. 108 S. (14.4.77 B)*

*Diese Literaturauswahl wurde zusammengestellt von Ursina Iselin, Leiterin der Bibliothek von Pro Senectute Schweiz. Die Bücher und Broschüren sind im Buchhandel oder bei den angegebenen Organisationen erhältlich, sie können aber auch bei der Bibliothek gegen einen kleinen Unkostenbeitrag ausgeliehen werden (Signatur in Klammer).*

*Die Bibliothek ist umgezogen und befindet sich jetzt an der Lavaterstrasse 44, Zürich. Öffnungszeiten: 9–11.30 und 13.30 –16 Uhr, Tel. 01 283 89 81.*

## Exklusives Designer-T-Shirt

Für Ihre sportlichen Tätigkeiten bestens geeignet ist das vom Künstler Matthias Winkler geschaffene T-Shirt mit den hüpfenden, tanzenden, sich streckenden und reckenden «Strichmännchen».

Das T-Shirt ist in den Grössen S, M, L, XL und XXL erhältlich. (Auf einem Ärmel ist der Aufdruck «Pro Senectute» angebracht.) Preis pro Stück Fr. 27.–; Rabatt bei Sammelbestellungen ab fünf Stück.

*Bestellungen: Geschäftsstelle Pro Senectute Kanton Bern, Tel. 031 921 11 11. Unter dieser Nummer können auch Bestellkarten bezogen werden.*