

Zeitschrift: Älter werden : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zug
Band: 7 (2001)
Heft: 14

Rubrik: Turnen

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Turnen

Durch Bewegung, Spiel und Sport kann die Kondition, das heisst Koordination und Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft, bis ins hohe Alter erhalten oder gar verbessert werden.

In den wöchentlichen Turnstunden werden Sie Ihren Kreislauf anregen, die Gelenke beweglich halten und die Muskulatur kräftigen. Zudem macht Sport in der Gruppe mehr Spass und fördert die Kameradschaft.

Die Turnstunden – geführt von Turnleiterinnen der Pro Senectute Kanton Zug – eignen sich für Leute, die gerne in fröhlicher und lockerer Atmosphäre etwas zur Förderung ihrer Gesundheit tun wollen. Eine Turnstunde kostet Fr. 3.–.

Sie sind allein oder zusammen mit einer Kollegin, mit einem Kollegen jederzeit herzlich willkommen. Machen Sie mit, kommen Sie zu einer kostenlosen Schnupperlektion.

Auskünfte erteilen Ihnen die nebenstehenden Seniorensport-Leiterinnen oder auch Pro Senectute Kanton Zug gerne, Telefon 041 727 50 55.



Allenwinden

Schulhaus	4.6451.1	Montag	14.00 h	Albi Haupt	761 10 91
-----------	----------	--------	---------	------------	-----------

Baar

Bahnmatt	4.6451.2	Montag	14.15 h	Doris Walt	761 30 10
Wiesental	4.6451.3	Donnerstag	09.00 h	Paula Radler	761 49 78
Inwil Rainhalde	4.6451.5	Donnerstag	09.00 h	Hedy Stapfer	761 24 84

Cham

Altersheim Büel	4.6451.6	Dienstag	14.00 h	Yvonne Livingston	780 46 16
Pfarreiheim	4.6451.7	Mittwoch	09.15 h	Agnes Mühlmann	787 26 29

Hagendorf

Turnhalle	4.6451.8	Mittwoch	08.30 h	Brigitte Würgler	780 88 71
-----------	----------	----------	---------	------------------	-----------

Hünenberg

Einhornsaal	4.6451.9	Mittwoch	14.15 h	A. Unternährer	780 63 92
-------------	----------	----------	---------	----------------	-----------

Menzingen

Marianum	4.6451.10	Dienstag	15.30 h	Yvonne Weiss	755 26 40
----------	-----------	----------	---------	--------------	-----------

Neuheim

Turnhalle	4.6451.12	Mittwoch	14.00 h	Ursula Sidler	755 25 33
-----------	-----------	----------	---------	---------------	-----------

Oberägeri

Breiten Ergo	4.6451.13	Dienstag	14.00 h	Astrid Reichmuth	750 46 14
Hofmatt	4.6451.14	Montag	18.30 h	Ruth Rogenmoser	750 12 31

Oberwil

Turnhalle	4.6451.15	Mittwoch	14.30 h	Irène Bihlmaier	740 56 10
-----------	-----------	----------	---------	-----------------	-----------

Rotkreuz

Gymn.halle	4.6451.16	Mittwoch	14.00 h	Gerti Kaeser	790 19 30
------------	-----------	----------	---------	--------------	-----------

Steinhausen

Sunnegrund	4.6451.17	Montag	08.00 h	Erika Hauenstein	741 16 33
Dreifachturnhalle	4.6451.18	Montag	09.00 h	Kathrin Moos	741 14 66
Altersheim	4.6451.19	Dienstag	14.30 h	Heidi Meienberg	741 20 33

Unterägeri

Aula	4.6451.20	Dienstag	14.00 h	Heidi Schelbert	750 19 70
------	-----------	----------	---------	-----------------	-----------

Walchwil

Engelmatt	4.6451.22	Mittwoch	14.00 h	Marie-Claire Rust	758 13 07
-----------	-----------	----------	---------	-------------------	-----------

Zug

Guthirt Gymn.h.	4.6451.23	Mittwoch	08.15 h	Vreni Odermatt	711 73 62
Guthirt Gymn.h.	4.6451.24	Dienstag	10.00 h	Vreni Odermatt	711 73 62
Herti	4.6451.25	Mittwoch	14.00 h	Margrit Renggli	741 79 63
St. Michael	4.6451.26	Freitag	14.45 h	Erika Weber	711 08 91