Zeitschrift: Visit: Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2011)

Heft: 3

Register: Sportgruppen, Sporttreffs

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: 10.12.2025

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

SPORTGRUPPEN, SPORTTREFFS

Die offenen Sportgruppen und Sporttreffs für Aqua-Fitness, Fitness/Gymnastik, Internationale Tänze, Nordic Walking und Walking, Schneeschuhlaufen, Velofahren und Wandern laden zu Bewegung und Geselligkeit ein. Alle Sportgruppen werden von ausgebildeten Sportleitenden geführt. Sie sind Freiwillige und engagieren sich ohne Entlöhnung. Um die anfallenden Kosten für Miete, Rekognoszieren und Sportmaterial zu decken, berechnet Ihnen Ihre Sportleitung jeweils einen Unkostenbeitrag. Da unterschiedlich hohe Kosten anfallen, können die Beiträge von Gruppe zu Gruppe variieren. Die Angebote richten sich an Interessierte 60plus. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Listen der Gruppen aller oben erwähnten Sportarten sind erhältlich bei Ihrem Dienstleistungscenter (Adressen auf Seite 16), über www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Bewegung und Sport resp. www.pszh-sport.ch oder wurden publiziert in den AKTIV-Ausgaben 1/2011 und 2/2011. (Publikation aller Gruppen aller Sportarten einmal jährlich).

Die Abkürzung PSZH steht für Pro Senectute Kanton Zürich, DC für Dienstleistungscenter.

FITNESS/GYMNASTIK

In dieser AKTIV-Ausgabe sind alle aktuell im Kanton Zürich angebotenen Gruppen Fitness und Gymnastik aufgeführt. Die Gruppen treffen sich in der Regel einmal wöchentlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich, gerne dürfen Sie eine unverbindliche Schnupperlektion besuchen. Kontaktieren Sie bei Interesse die entsprechende Sportleitung, sie freut sich auf Ihren Anruf. Für Bewegungslektionen im Heim wenden Sie sich bitte direkt an die zuständige Heimleitung, diese Lektionen werden nicht von Pro Senectute Kanton Zürich durchgeführt.

Die Abkürzung KGH steht für Kirchgemeindehaus, KG für Kirchgemeinde, GZ für Gemeinschaftszentrum.

ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE-	TAG	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
OKIBOIIII I	benem emierosoki	RUNGSSTUFE	1710	2011	EBITERY IIV	TEEET OIL
Adliswil	Schulhaus Werd	vital	Mi	14.00-15.15 Uhr	Hugo Zimmermann	044 710 31 88
	Schulhaus Zopf	leicht	Mi	14.30-15.30 Uhr	Heidi Bianchi	044 710 64 92
Aesch	Turnhalle Nassenmatt	leicht	Мо	13.30-14.30 Uhr	Lilian Schlund	044 400 19 84
Aeugst	Schulhaus Gallenbühl	vital	Do	18.00-19.00 Uhr	Helen Spörri	044 761 89 80
Affoltern a.A.	Schulhaus Ennetgraben	vital/	Mi	12.45-13.45/	Désirée Waech	044 701 12 93
		leicht		14.00-15.00 Uhr		
Altikon	Turnhalle	leicht	Мо	18.00-19.00 Uhr	Christine Jordi	052 336 17 73
Andelfingen	Oberstufen-Turnhalle	sportlich	Мо	09.00-10.00 Uhr	Heidi Frauenfelder	052 317 16 36
Bachs	Turnhalle	vital	Mi	13.45-14.45 Uhr	Bettina Imfeld	044 853 35 27
Bäretswil	Mehrzweckhalle	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Christina Bollier	043 843 00 83
Bauma	Oberstufen-Turnhalle	leicht	Mi	14.15-15.15 Uhr	Annelies Buchegger	055 246 62 47
Benken	Turnhalle	vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Anna Spalinger	052 319 23 55
Berg am Irchel	Turnhalle	leicht	Мо	17.15-18.15 Uhr	Angela Schmid	052 318 16 73
Bonstetten	Turnhalle im Schachen	sportlich	Mi	14.00-15.00 Uhr	Trudi Schriber	044 700 22 60
	Schulhaus im Bruggen	vital	Mi	Sommer:	Gianna Meili	044 700 09 87
				18.00-19.00 Uhr		
				Winter:		
				17.00-18.00 Uhr		
Brütten	Gemeindesaal	leicht	Di	14.00-15.00 Uhr	Ruth Hegner	052 385 26 58
	Schulhaus Chapf	vital	Mi	16.30-17.30 Uhr	Erika Eichholzer	052 345 17 16
Bubikon	Turnhalle Spycherwise	leicht	Мо	13.00-14.00 Uhr	Claire Bodmer	044 926 78 70

DEFINITION DER ANFORDERUNGSSTUFEN

Fit/Gym sportlich: Dynamisches Training für Personen mit guter Fitness.
Fit/Gym vital: Vielfältiges gymnastisches Training für Personen mit mittlerer Fitness.
Fit/Gym leicht: Beschwingtes Bewegungsprogramm ohne Bodenübungen für Personen mit geringer Fitness (auch mit Bewegungseinschränkungen).
Bewegungsangebote im Heim: Gemeinsam und mit Spass. Bewegung und Spiel auf

dem und am Stuhl, für Menschen mit Bewegungseinschränkungen.



_	
1	
9	
- =	
0	
70	
_	
0)	
-	
0	
0	
_	
=	
.0	
-	
775	
-	
ಹ	
(a)	
Bei	
(Be	
(Be	
th (Ber	
ich (Ber	
rich (Be	
ürich (Be	
Zürich (Ber	
Zürich (Ber	
n Zürich (Ber	
on Zürich (Ber	
ton Zürich (Ber	
nton Zürich (Ber	
anton Zürich (Ber	
Kanton Zürich (Ber	
· Kanton Zürich (Ber	
e Kanton Zürich (Ber	
ite Kanton Zürich (Ber	
rute Kanton Zürich (Ber	
ctute Kanton Zürich (Ber	
ectute Kanton Zürich (Ber	
nectute Kanton Zürich (Ber	
mectute Kanton Zürich (Ber	
senectute Kanton Zürich (Ber	
Senectute Kanton Zürich (Ber	
o Senectute Kanton Zürich (Ber	
ro Senectute Kanton Zürich (Ber	
Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
s: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
ts: Pro Senectute Kanton Zürich (Be)	
äts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
räts: Pro Senectute Kanton Zürich (Be)	
träts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
orträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
oorträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
porträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
elporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
gelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
zelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
inzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
d Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
nd Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
und Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
und Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
d und Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
ild und Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
bild und Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	
abild und Einzelporträts: Pro Senectute Kanton Zürich (Ber	

ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE- RUNGSSTUFE	TAG	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
Buch am Irchel	Turnhalle	vital	Mi	13.30-14.30 Uhr	Marlies Roost	052 317 14 02
Buchs	Turnhalle Zihl	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Elsbeth Stämpfli	044 844 38 06
Bülach	Ref. Kirchgemeindehaus	vital	Di	08.30-09.30 Uhr	Sigrid Bachofner	044 860 83 09
	Ref. Kirchgemeindehaus	vital	Di	10.00-11.00 Uhr	Gabriele Schäublin	044 862 04 82
Dällikon	Turnhalle Lee Punt	vital	Di	17.00-18.00 Uhr	Susi Frauenfelder	044 803 07 54
Dänikon/Hüttikon	Schulhaus	vital	Мо	16.45-17.45 Uhr	Susi Frauenfelder	044 803 07 54
Dättlikon	Schulhaus Metteln	vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Doris Licini	052 243 12 72
Dielsdorf	Mehrzweckhalle Früebli	sportlich	Мо	17.00-18.00 Uhr	Ruth Heuer	044 853 04 34
	Oberstufen-Turnhalle	sportlich	Мо	18.30-19.30 Uhr	Gertrud Gassmann	044 853 02 13
- 0x 111101 (20 -	Saal Alterssiedlung	leicht	Di	14.00-15.00 Uhr	Nicole Buchs	044 853 21 24
Dietikon	Pavillon Evang. Freikirche	vital	Do	14.15-15.15 Uhr	Graziella Pfammatter	043 495 06 62
Dinhard	Sporthalle	vital	Di	08.50-09.50 Uhr	Margrit Schmid	052 223 28 88
Dorf	Mehrzweckgebäude	vital	Di	17.00-18.00 Uhr	Brigitte Müller	052 317 31 13
Dübendorf	KGH Ref. Kirchenzentrum	leicht	Do	08.45-09.45/ 10.00-11.00 Uhr	Lotti Rufer	044 820 23 24
AT SAFER AND	Pfarrsaal Leepünt	vital	Do	09.30-10.30 Uhr	Marianne Schulz	044 821 71 64
Egg	Turnhalle Kirchwies	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Marianne Meier-Tappolet	043 844 03 44
Egg/Esslingen	Turnhalle Vogelsang	vital	Mi	15.30-16.30 Uhr	Marianne Meier-Tappolet	043 844 03 44
Eglisau	Turnhalle Städtli	vital	Мо	15.30-16.30 Uhr	Jacqueline Rupp	044 867 25 75
Elgg	Turnhalle Ritschberg	leicht <i>l</i> vital	Mi	14.15-15.05/ 15.15-16.05 Uhr	Miong Kummert	052 364 31 89
Ellikon a. d. Thur	Turnhalle Bürgli	vital	Do	09.10-10.10 Uhr	Regina Lenggenhager	052 721 30 19
Elsau/Räterschen	Turnhalle	vital	Di	08.00-09.00 Uhr	Irene Rickenbach	052 363 25 11
	Singsaal	leicht	Do	09.00-10.00 Uhr	Vreni Erzinger	052 363 19 61
Embrach	Oberstufen-Turnhalle	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Anna Künzi	044 865 41 67
SE 80 258 846	Turnhalle D Hungerbühl	vital	Mi	15.45-16.45 Uhr	Hansjörg Staub	044 865 09 64
Fahrweid	Schulhaus Fahrweid	vital	Di	15.15-16.15 Uhr	Yvonne Sujata	044 741 20 07
Fehraltorf	Mehrzweckhalle Heiget	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Heidi Nüesch	044 940 24 42
Feuerthalen	Turnhalle	leicht	Di	09.00-10.00 Uhr	Silvia Marty	052 659 24 31
Flaach	Alte Turnhalle	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Zivana Gisler	052 318 19 44
Flurlingen	Turnhalle	vital	Mi	13.00-14.00 Uhr	Annemarie Dalle Feste	052 672 72 14
Freienstein	Gemeindesaal	vital	Di	14.30-15.30 Uhr	Käthi Hofmann	044 865 48 19
Gossau	Turnhalle Chapf	sportlich/	Mi	13.30-14.25/	Vreni Syfrig	044 832 12 27
		leicht		14.30-15.30 Uhr		and the contract of the contra
Grüningen	Zentralschulhaus	vital	Di	17.30-18.30 Uhr	Ursula Gäumann	044 935 22 32
Hagenbuch	Gemeindehaus	leicht	Do	09.00-10.00 Uhr	Lilli Meyenhofer	052 338 33 88
Hausen a. A.	Turnhalle Albisbrunn	vital	Мо	09.10-10.10 Uhr	Irma Sutz	044 764 04 14
Hedingen	Schulhaus Güpf	vital	Mi	14.30-15.30 Uhr	Uta Koch	044 761 34 50
. realingen	Schulhaus Güpf	vital	Do	08.00-09.00 Uhr	Jacqueline Weideli	056 634 25 11
Henggart	Turnhalle	vital	Di	16.00-17.30 Uhr	Yvonne Deiss	052 316 21 06
Hinwil	Turnhalle Meiliwiese	vital	Mi	13.45-14.45 Uhr	Tabea Huber	044 937 45 54
Hittnau	Turnhalle Hermetsbüel	leicht	Do	14.00-15.00 Uhr	Marlies Zumsteg	044 950 08 77
Hochfelden	Schulhaus Wisacher	vital	Do	16.00-17.00 Uhr	Dora Bickel	044 860 68 81
Hofstetten	Turnhalle	sportlich / leicht	Мо	08.30-09.30/ 09.45-10.45 Uhr	Marianne Roost	052 364 25 03
Horgenberg	Mehrzweckgebäude	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Katharina Anderegg	044 780 83 56
Höri	Glatthalle	vital	Мо	15.30-16.30 Uhr	Margrith Wenk	044 858 05 43
Hüntwangen	Mehrzweckhalle	leicht	Mi	13.30-14.30 Uhr	Ruth Affolter	
Hütten						044 861 15 49
nutten	Mehrzweckgebäude Mehrzweckgebäude	vital leicht	Di Do	19.00-20.00 Uhr 13.45-14.45 Uhr	Maja Dutler Maja Dutler	044 788 16 78 044 788 16 78
Illnau-Effretikon	Turnhalle Altersheim	vital	Мо	08.15-09.10 Uhr	Veronika Fehr	
mindu Linetikon	Turnhalle Altersheim	leicht	Mi	09.10-10.05/ 10.15-11.10 Uhr	Veronika Fehr	052 346 18 08 052 346 18 08
Kappel a. A.	Schulhaus Tömlimatten	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Carla Cochard	044 767 18 27
Kemptthal	Turnhalle	vital	Di	08.50-09.50 Uhr	Ruth Hegner	052 385 26 58
Kilchberg	Schulhaus Brunnenmoos	vital	Mi	18.00-19.00 Uhr	Marlies Dorfschmid	044 780 61 12
Kleinandelfingen			100			
Memanuellingen	Turnhalle Zielacker	vital/	Di	15.30-16.25/ 16.30-17.25 Uhr	Lilo Schwarz	052 317 32 58



ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE- RUNGSSTUFE	TAG	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
(loten	Ref. Kirchgemeindehaus	leicht	Di	09.00-10.00 Uhr	Iris Aeberhard	044 813 33 2
	Ref. Kirchgemeindehaus	sportlich	Di	10.00-11.00 Uhr	Susi Frauenfelder	044 803 07 5
	Turnhalle Schluefweg	vital	Do	14.00-15.00 Uhr	Susi Frauenfelder	044 803 07 5
	Turnhalle Schluefweg	vital	Fr	08.30-09.30 <i>l</i> 09.30-10.30 Uhr	Margrith Hügi	044 814 13 7
(nonau	Turnhalle Stampfi	leicht	Мо	14.00-15.00 Uhr	Ruth Germann	044 767 04 0
	Turnhalle Stampfi	vital	Do	Sommer: 19.00-20.00 Uhr Winter: 17.30-18.30 Uhr	Ruth Germann	044 767 04 0
Collbrunn	Turnhalle	vital	Mi	13.30-14.30 Uhr	Lorette Schneeberger	052 383 11 2
angnau a.A.	Turnhalle Schulhaus Widmer	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Annemarie Schürer	044 713 02 7
Vännedorf	Neue Turnhalle Blatten	vital	Di	08.00-09.00 Uhr	Regula Peter	044 920 48 0
dannedon	Turnhalle Hasenacker	leicht	Di	11.00-12.00 Uhr	Regula Peter	044 920 48 0
	Alterssiedlung Männedorf	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Regula Peter	044 920 48 0
Maschwanden	Schulhaus am Bach	leicht	Di	15.45-16.45 Uhr	Liselotte Simon	044 767 04 6
	Schulhaus Pünt	vital	Di	20.00-21.00 Uhr	Heidi Schmid	044 813 47 1
Maur	Turnhalle Looren	leicht	Mi	08.45-09.45 Uhr	Vreni Graf	044 980 30 6
Meilen	Turnhalle Obermeilen	sportlich	Мо	15.30-16.30 Uhr	Brigitte Kipfer	044 923 04 2
Hellell	Turnhalle Dorf	sportlich	Мо	16.50-17.50 Uhr	Brigitte Kipfer	044 923 04 2
	Neue Turnhalle Feldmeilen	vital	Di	15.40-16.40 Uhr	Liselotte Goepel	044 923 52 8
Vettmenstetten	Turnhalle Wygarten	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Heidi Schoch	044 767 11 3
Nönchaltorf	Turnhalle Riedwis	vital	Mi	10.00-11.00 Uhr	Fiorella Lupi	044 940 53 7
Torrenation	Mönchhofsaal	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Ursula Hotz	044 948 12 9
	Turnhalle Hagacher	sportlich (Männer)	Mi	15.15-16.15 Uhr	Werner Schärer	044 940 08 2
länikon	Schulhaus Wüeri	leicht	Do	09.00-10.00 Uhr	Karin Maurer	044 941 50 5
leerach	Mehrzweckanlage	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Beatrice Jakober	044 875 06 3
liederglatt	Singsaal Eichi	leicht/	Мо	08.30-09.30/	Ursula Gassmann	044 850 36 2
riedergiatt	Siligsaal Licili	vital	1110	09.45-10.45 Uhr	Orsula Gassillatili	044 030 30 2
	Singsaal Eichi	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Ursula Gassmann	044 850 36 2
Niederhasli	Kirchgemeindehaus	vital	Мо	14.00-15.00 Uhr	Heidi Schmid	044 813 47 1
vicaciii asii	Seniorenzentrum Spitz	leicht	Di	14.00-15.00 Uhr	Sandra Galli-Rüegg	044 845 09 8
	Schulhaus Lindenstrasse	sportlich	Di	18.00-19.00 Uhr	Ursula Gassmann	044 850 36 2
	Schulhaus Seehalde	sportlich	Mi	10.00-11.00 Uhr	Gaby Lardon	044 851 02 4
	Schulhaus Seehalde	sportlich	Do	10.10-11.10 Uhr	Gaby Lardon	044 851 02 4
Niederweningen	Turnhalle Schmittwis	sportlich	Mi	13.30-14.30 Uhr	Marianne Süss	056 249 30 6
	Turnhalle Schmittwis	leicht	Mi	14.30-15.30 Uhr	Silvia Frei	044 856 19 4
Nürensdorf	Schulhaus Ebnet	vital	Мо	16.45-17.45 Uhr	Nelly Eigenmann	044 836 69 2
)berembrach	Turnhalle Zweigärten	vital	Mi	18.30-19.30 Uhr	Marianne Herter	044 865 57 4
)berengstringen	Ref. Kirchgemeindehaus	leicht	Di	09.45-10.45 Uhr	Clotilde Wydler	044 750 46 1
)berhasli	Primarschulhaus	vital	Do	14.00-15.00 Uhr	Gaby Lardon	044 851 02 4
ber-Ohringen	Turnhalle	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Esther Liebi	052 336 12 7
Oberrieden	GAWO	Bewegung im Heim	Di	09.00-10.00 Uhr	Annemarie Wehrli	044 721 14 7
Obfelden	Alte Turnhalle Chilefeld	vital (Frauen) vital (Männer)	Mi	13.45-14.45/ 14.45-15.45 Uhr	Jacqueline Bossard	044 761 12 8
Detwil a. d. L.	Schulhaus Letten	vital	Мо	09.05-10.05 Uhr	Ursula Leuzinger	044 750 59 0
Detwil a.S.	Turnhalle Dörfli	sportlich	Мо	13.30-14.30 Uhr	Josef Fischer	044 929 21 1
	Turnhalle Dörfli	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Cora Kerst	044 929 14 9
Opfikon-Glattbrugg	Ref. Kirchgemeindehaus	sportlich	Di	09.00-10.00 Uhr	Theres Kümin	044 830 71 2
	Ref. Kirchgemeindehaus	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Theres Kümin	044 830 71 2
)ssingen	Turnhalle Orenberg	vital	Di	12.15-13.15 Uhr	Heidi Gasser	052 317 00 4
	Turnhalle Orenberg	sportlich	Mi	19.00-20.00 Uhr	Esther Günthardt	052 317 32 3
telfingen	Gemeindehaus	vital	Do	14.00-15.00 Uhr	Silvia Epprecht	044 844 35 1
ttenbach	Turnhalle Chappelisteig	vital	Mi	16.00-17.00 Uhr	Kathrin Noser	044 761 26 9
Pfäffikon	Neuhof	leicht	Мо	09.30-10.30 Uhr	Silvia Bigler	044 950 59 0
BRISE WOLLD IN	Kath. Kirche St. Benignus	leicht	Di	14.00-15.00 Uhr	Mirjam Roth	052 384 15 1
Pfungen	Gemeindesaal	leicht	Мо	14.30-15.30 Uhr	Elisabeth Bont	052 315 36 4
	Gemeindesaal	vital	Di	09.00-10.00 Uhr	Elisabeth Bont	052 315 36 4
	Turnhalle	vital	Do	09.00-10.00 Uhr	Elisabeth Bont	052 315 36 4
Rafz	Turnhalle Schulhaus Götzen	sportlich	Мо	07.15-08.05 Uhr	Sylvia Sigrist	044 869 06 0

ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE- RUNGSSTUFE	TAG	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
Regensdorf	Turnhalle Ruggenacher	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Susi Frauenfelder	044 803 07 54
Rheinau	Mehrzweckgebäude	sportlich	Di	13.00-14.00 Uhr	Annemarie Dalle Feste	052 672 72 14
12.00 200 650	Mehrzweckgebäude	sportlich	Mi	08.45-09.45 Uhr	Annemarie Dalle Feste	052 672 72 14
Richterswil	Schulhaus Töss	leicht	Mi	15.30-16.30 Uhr	Myrta Güner	044 784 24 30
Rifferswil	Turnhalle	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Gertrud Roos-Vogt	044 764 20 09
Rikon	Turnhalle	vital	Mi	15.15-16.15 Uhr	Lorette Schneeberger	052 383 11 20
Russikon	Turnhalle Sunneberg	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Ursula Bosshard	044 954 05 26
Rüti	Schulhaus Schanz	vital	Mi	17.00-18.00 Uhr	Beatrice Frischknecht	055 243 23 07
	Felsberg Rüti	vital	Do	09.15-10.15 Uhr	Beatrice Frischknecht	055 243 23 07
C	Alterssiedlung Breitenhof	leicht	Do	10.30-11.30 Uhr	Beatrice Frischknecht	055 243 23 07
Samstagern	Turnhalle Schulhaus	vital	Мо	16.15-17.15 Uhr	Claudia Volkart	044 781 12 29
Schlatt	Turnhalle	leicht	Mi	08.45-09.45 Uhr	Gail Steinemann	052 364 32 50
Schlieren	Schulhaus Hofacker	vital	Мо	17.30-18.30 Uhr	Margrith Stillhart	044 740 50 80
	Spital Limmattal Schulhaus Zelgli	vital sportlich	Do Di	08.50-09.50 Uhr 08.00-09.00 Uhr	Margrith Stillhart Waltraud Hofstetter	044 740 50 80 044 730 03 07
	Schulhaus Hofacker	vital	Mi	08.00-09.00 Uhr	Waltraud Hofstetter	044 730 03 07
	Sandbühl	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Monica Oertli	044 740 50 25
Schöfflisdorf	Turnhalle Rietli	leicht	Do	18.00-19.00 Uhr	Susanne Binder	056 243 18 34
Schönenberg	Kath. Kirchensaal	vital	Do	09.00-10.00 Uhr	Rosmarie Horath	044 788 22 62
Schwerzenbach	Chimlisaal	vital	Mi	09.15-10.15 Uhr	Brigitte Bürgin	044 830 52 48
Seegräben	Turnhalle Seegräben	sportlich/	Do	08.15-09.00/	Cathrine Messikommer	044 932 10 32
		leicht		09.00-09.45 Uhr	eddinine riessikenime	0111332 20 32
Seuzach	Turnhalle Halden	vital /	Mi	14.00-15.00/	Heidi Villiger	052 233 01 16
Cto dol	Altas Camain dahaus	leicht	Ma	15.00-16.00 Uhr	Current Francish	0// 050 10 0/
Stadel	Altes Gemeindehaus Singsaal Oberstufe	leicht vital	Mo Mi	14.00-15.00 Uhr 09.00-09.55/	Susanne Fasnacht Susanne Fasnacht	044 858 18 94 044 858 18 94
	Siligsaal obeistule	Vitai	1411	10.00-10.55 Uhr	Susaime rasmaciit	044 030 10 94
Stäfa	Alterszentrum Lanzeln	leicht	Мо	16.00-17.00 Uhr	Beatrice Lüthy	044 261 69 35
Stallikon	Turnhalle Loomatt	sportlich	Мо	17.30-18.30 Uhr	Trudi Schriber	044 700 22 60
Stammheim	Oberstufen-Turnhalle	leicht/ vital	Mi	14.30-15.30/ 15.30-16.30 Uhr	Monica Helbling	052 745 28 48
Steinmaur	Turnhalle	leicht/	Mi	15.45-16.45/	Heidi Lehmann	044 853 02 45
Tagalawangan	Gemeindesaal	sportlich	D:	16.45-17.45 Uhr	Duth Hagner	052 205 26 50
Tagelswangen		vital	Di	10.30-11.30 Uhr	Ruth Hegner	052 385 26 58
Tann/Dürnten	Kath. Pfarreiheim Turnhalle Nauen	leicht vital <i>l</i>	Di Mi	10.00-11.00 Uhr 13.30-14.30/	Beatrice Frischknecht Vreni Müller	055 243 23 07 055 240 73 46
	Tufffialle Naueli	leicht	1411	14.45-15.45 Uhr	viein Mullei	033 240 13 40
	Schulhaus Bogenacker	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Walter Denzler	055 240 71 82
Thalheim a.d.Thur	Turnhalle	leicht	Fr	09.30-10.30 Uhr	Christine Jordi	052 336 17 73
Thalwil	Alterszentrum Serata	leicht	Мо	09.30-10.30 Uhr	Monique Meyer-Fausch	044 720 62 13
Trüllikon	Mehrzweckhalle	vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Yvonne Deiss	052 316 21 06
Truttikon	Turnhalle	vital	Di	18.30-19.30 Uhr	Ruth Frei	052 317 13 25
Turbenthal	Turnhalle Risi	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Rita Kobler	052 385 46 57
Uetikon a.S.	Turnhalle Rossweid	leicht/	Mi	13.00-14.00/	Paula Hunkeler	044 920 10 42
octinoii a.s.	rummane Rosswera	vital	1.11	14.00-15.00 Uhr	radia Hankerer	044 320 10 42
	Turnhalle Uetikon	leicht	Do	14.00-15.00 Uhr	Elbjörg Schinzel	044 920 00 97
Uhwiesen	Oberstufen-Turnhalle	vital	Мо	08.30-09.30 <i>l</i> 09.30-10.30 Uhr	Anna Spalinger	052 319 23 55
Uitikon	Kath. Kirche Üdlikerhuus	vital	Do	09.30-10.30 Uhr	Yvonne Sujata	044 741 20 07
Unterengstringen	Schulhaus Büel	leicht	Di	09.00-10.00 Uhr	Susi Flückiger	044 869 23 09
Uster	Alterssiedlung Rehbühl	vital	Мо	09.00-10.00 Uhr	Marlies Staub	044 825 18 70
	Ref. KG Kreuz	leicht	Мо	09.00-10.00/	Karin Maurer	044 941 50 52
	Kath. KG Neuwies	leicht	Di	10.00-11.00 Uhr 14.00-15.00/ 15.00-16.00 Uhr	Heidi Huber-Gächter	044 935 32 93
	Pflegeheim Neuwies	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Karin Maurer	044 941 50 52
	Sporthalle Buchholz	sportlich	Do	14.00-15.00 Uhr	Annie Rothenbach	044 940 35 46
e e e e e	Turnhalle Weidli	vital (Männer)	Do	14.00-15.00 Uhr	Rosemarie Widmer	044 932 77 85
Volketswil	Schulhaus Zentral	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Marlies Staub	044 825 18 70
	Schulhaus Feldhof	sportlich	Mi	15.00-16.00 Uhr	Margrit Singh	055 244 11 20



ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE-	TAC	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
		RUNGSSTUFE	TAG			
Wädenswil	Altersheim Fuhr	leicht	Мо	14.00-15.00 Uhr	Trudi Rusca	044 770 26 4
	Alterssiedlung Tobelrai	leicht	Di	08.45-09.45 Uhr	Daniela Niedermann	044 725 83 4
	Turnhalle Glärnisch	vital	Di	16.25-17.25/ 17.30-18.30 Uhr	Annemarie Müller	044 725 79 9
	Alterssiedlung Bin Rääbe	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Maja Dutler	044 788 16 7
Wald	Hallenbad Wald/Gym.	sportlich	Di	10.15-11.15 Uhr	Rosmarie Zanet	055 246 20 1
	Hallenbad Wald/Gym.	vital	Do	10.15-11.15 Uhr	Rosmarie Zanet	055 246 20 1
Wallisellen	Kirchgemeindehaus	leicht <i>l</i> vital	Di	08.30-09.30/ 09.30-10.30 Uhr	Käthi Räuftlin	052 384 17 5
	Mehrzweckhalle	sportlich/	Do	08.00-09.00/	Dieter Messerschmidt	044 830 42 1
		vital /		08.00-09.00/		
		vital/		09.00-10.00/		
		leicht		09.00-10.00 Uhr		
Waltalingen/ Guntalingen	Turnhalle	vital	Mi	13.45-14.45 Uhr	Gerda Breitenmoser	052 745 25 0
Wangen-Brüttisellen	Schurterhus	leicht	Di	14.00-15.00 Uhr	Klara Sonderegger	044 833 34 8
Weiach	Kleiner Gemeindesaal	leicht	Do	09.00-10.00 Uhr	Käthy Daetwyler	044 867 26 1
Weiningen	Schlössli	vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Yvonne Sujata	044 741 20 0
Weisslingen	Kirchgemeindehaus	leicht	Do	14.15-15.15 Uhr	Andrea Egli	052 384 00 7
Wetzikon	Turnhalle Feld	vital	Mi	13.45-14.45 Uhr	Rosmarie Widmer	044 932 77 8
Wetzikon	Turnhalle Bühl	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Irene Kupper	044 930 02 4
Wiesendangen	Sporthalle Sagi	leicht/	Di	08.45-09.45/	Vreni Villiger	052 337 31 1
viresendangen	Sportnane Sagi	vital	DI	10.00-11.00 Uhr	vicili villigei	032 331 31 1
Wil	Turnhalle Landbühl	leicht	Mi	15.00-16.00 Uhr	Agnes Meier	044 869 06 4
Wildberg	Turnhalle	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Ruth Hegner	052 385 26 5
Windberg .	Turnhalle	sportlich	Do	08.30-09.30 Uhr	Ruth Hegner	052 385 26 5
Winkel	Saal Sigristenstiftung	leicht	Мо	09.00-10.00 Uhr	Ruth Gut	044 860 30 3
	Schulhaus Grossacher	vital	Di	09.00-10.00 Uhr	Ruth Gut	044 860 30 3
Winterthur	KGH Zwinglikirche	leicht	Di	08.30-09.30/	Elsbeth Stucki	052 232 01 1
		CONTROL OF		10.00-11.00 Uhr	LISBELII Stacki	032 232 01 1
	KGH Liebestrasse	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Elisabeth Harlacher	052 203 38 8
	Turnhalle Neuwiesen	vital	Mi	16.30-17.30 Uhr	Ruth Weber	052 223 12 0
Winterthur (0ber-)	KGH Oberwinterthur	vital	Di	09.00-10.00 Uhr	Ruth Wagner	052 363 15 2
	Zentrum am Buck	leicht	Mi	08.30-09.30 Uhr	Christa Schreyer	052 242 47 5
	Zentrum am Buck	leicht	Mi	10.30-11.30 Uhr	Iris Müller	052 222 06 6
	KGH Oberwinterthur	vital	Do	08.45-09.45/ 09.45-10.45 Uhr	Gerda Breitenmoser	052 745 25 0
Winterthur-Seen	Ref. KGH Seen	vital/	Мо	14.00-14.50/	Dora Dümel	052 222 45 3
		leicht		15.00-15.50 Uhr		
	KGH St. Urban	vital/	Di	08.00-08.50/	Carmen Strupler	052 746 13 7
		leicht		09.10-10.00 Uhr		
Winterthur-Sennhof	Turnhalle	vital	Di	16.30-17.30 Uhr	Dora Dümel	052 222 45 3
Winterthur-Stadel	Werkschule Grundhof	leicht	Di	10.10-11.10 Uhr	Margrit Schmid	052 223 28 8
Winterthur-Veltheim	KGH Veltheim	vital/	Do	08.45-09.45/	Dora Dümel	052 222 45 3
	THE STATE OF THE S	leicht		09.50-10.50 Uhr		
ENGREE AVELLE SOUT	KGH Feldstrasse	vital	Fr	08.30-09.30 Uhr	Elisabeth Haller	052 223 15 6
Winterthur-	KGH Wülflingen	vital	Mi	08.30-09.30/	Marlis Jegi	079 380 88 0
Wülflingen	KCH Miller	1.1.1		09.45-10.45 Uhr		
ANT ICI	KGH Wülflingen	leicht	Mi	14.00-15.00 Uhr	Dora Dümel	052 222 45 3
Wolfhausen	Geissbergsaal Wolfhausen	leicht	Мо	13.30-14.30 Uhr	Beatrice Frischknecht	055 243 23 0
Zollikerberg	Diakoniewerk Neumünster	vital	Мо	08.20-09.25 <i>l</i> 10.30-11.30 <i>l</i>	Marlies Dorfschmid	044 780 61 1
				13.30-14.30/ 14.45-15.45Uhr		
	Diakoniewerk Neumünster	vital	Mi	09.15-10.30/	Marlies Dorfschmid	044 780 61 1
	Neue Turnhalle Schulweg	vital	Mi	10.30-11.30 Uhr 18.00-19.00/	Corinne Wettstein	044 391 42 8
	ac farmune sentitiveg	Vitai	1911	19.15-20.45 Uhr	comme wettstem	044 331 47 8
	Ref. KGH	vital	Fr	09.00-10.00 Uhr	Margrit Ziebold	043 499 94 9
Zollikon	La Palestrina	vital	Мо	16.30-17.30 Uhr	Lotti Weber-Arter	044 391 51 3
		vital	Di	08.45-09.45 Uhr	Lotti Weber-Arter	044 391 51 3
		vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Lotti Weber-Arter	044 391 51 3

ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE- RUNGSSTUFE	TAG	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
Zürich, Kreis 1	Eglise française	vital	Di	14.30-15.30 Uhr	Hani Meili-Schibli	044 363 50 47
Zürich, Kreis 2	Ref. KGH Leimbach	vital	Di	08.30-09.30 Uhr	Eveline Jäger	044 481 57 01
	Ref. KGH Enge	vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Hannelore Bösch	044 363 80 88
Zürich, Kreis 3	KGH Friesenberg	vital/	Di	09.30-10.30/	Trudi Schriber	044 700 22 60
	D. C. WOLL I.	sportlich		10.30-11.30 Uhr		
	Ref. KGH im Gut	vital	Di	09.00-10.00 Uhr	Maria Regula Hegner	044 381 16 79
	Ref. KGH Bühl Wiedikon	vital	Di	09.15-10.15 Uhr	Esther Büchi	044 462 57 85
	Ref. KG-Saal Friesenberg	leicht	Di	14.00-15.00 Uhr	Susanne Rasper	044 462 25 66
	Pfarreisaal Zwinglihaus	leicht	Mi	10.00-11.00 Uhr	Kathrin Däster Afifi	044 342 40 31
	Ref. KGH Bühl Wiedikon	vital	Do	09.00-10.00 Uhr	Priska Frei	044 401 24 59
Zürich, Kreis 4	Ref. KGH Hard	vital	Мо	08.00-09.00/ 09.00-10.00/	Priska Frei	044 401 24 59
	Ref. KGH Hard	loicht	D:	10.00-11.00 Uhr	Appabath luckli usa Fuur	0// 272 61 56
	Ref. KGH Aussersihl	leicht	Di	10.30-11.30 Uhr	Annabeth Juchli-von Euw	044 273 61 59
		vital	Mi	09.30-10.30 Uhr	Edith Stieger	044 491 70 30
	KGH Pfarrei St. Felix und Regula	leicht	Do	08.00-09.00/ 09.00-10.00 Uhr	Helen Artho	044 241 33 79
Zürich, Kreis 5	Ref. KGH Industriequartier	vital	Di	09.00-10.00 Uhr	Sabrije Tahiraj	043 288 54 85
Zürich, Kreis 6	Christl. Zentrum Buchegg	vital	Мо	09.30-10.30 Uhr	Marianne Kägi	044 302 14 60
all our night in	Ref. KGH Paulus	vital/	Di	08.45-09.45/	Rita Hunziker	044 362 28 15
		leicht		10.00-11.00 Uhr		
	KGH Oberstrass	vital/	Do	08.45-09.45/	Paula Hitz	044 381 93 43
		sportlich		10.00-11.00 Uhr		
Zürich, Kreis 7	Altersheim Kluspark	vital	Мо	09.00-10.00/	Doris Jaeggi	044 381 17 14
				10.00-11.00 Uhr		
	Ref. KGH Hottingen	vital	Di	08.30-09.30/	Paula Hitz	044 381 93 43
				09.30-10.30 Uhr		
	Kath. KGH Witikon	sportlich /	Mi	08.30-09.15/	Gertrud Weibel	044 381 60 39
		vital/		09.30-10.15/		
		leicht		10.15-11.00 Uhr		
	Ref. KGH Witikon	vital/	Mi	08.45-09.45/	Paula Hitz	044 381 93 43
		sportlich		10.00-11.00 Uhr	The Selection of Selections and	
Zürich, Kreis 8	Ref. KGH Balgrist	leicht	Di	10.00-11.00 Uhr	Margrit à Porta	044 381 11 16
Zürich, Kreis 9	Kirchgemeinde St. Konrad	leicht	Di	08.00-09.00/ 09.00-10.00/ 10.00-11.00 Uhr	Priska Frei	044 401 24 59
	Turnhalle Schulhaus Triemli	vital	Mi	08.00-09.00 Uhr	Sonja Wiederkehr	044 431 06 86
	GZ Bachwiesen	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Doris Dähler	
	KGH Heilig Kreuz	leicht	Fr	09.00-10.00 Uhr	Heidi Graf	044 401 31 10
7/1-1-1- V1-10	0					044 431 59 15
Zürich, Kreis 10	Ref. KGH Höngg	vital	Мо	08.45-09.45/ 09.50-10.50 Uhr	Silvia Siegfried	044 341 83 08
	Schulhaus Schauenberg	sportlich	Мо	20.00-21.15 Uhr	Eveline Kipfer	044 371 38 48
	Ref. KGH Höngg	leicht	Di	10.30-11.30 Uhr	Annabeth Juchli-von Euw	044 273 61 59
	Ref. KGH Höngg	vital	Mi	10.15-11.15 Uhr	Silvia Siegfried	044 341 83 08
	Turnhaus Letten	vital	Mi	10.15-11.15 Uhr	Doris Dähler	044 401 31 10
	Turnhaus Letten	vital	Do	16.30-17.30 Uhr	Doris Dähler	044 401 31 10
	Ref. KGH Höngg	leicht (Männer)	Fr	08.45-09.45 Uhr	Jules Weiss	044 301 19 94
	KGH Wipkingen	leicht	Fr	14.30-15.30 Uhr	Hani Meili-Schibli	044 363 50 47
Zürich, Kreis 11	Ref. KGH Glaubten	vital	Мо	09.30-10.30 Uhr	Danila Stoffel	044 371 79 23
	Ref. KGH Seebach	leicht	Мо	09.00-10.00 Uhr	Sonja Schlatter	044 302 56 82
	Pfarreisaal Herz-Jesu-Kirche	vital (Männer) /	Di	08.30-09.30/	Sonja Virchaux	044 321 14 24
	Pof VGH Glaubton	vital	D:	09.30-10.30 Uhr	Marianna Cela	0/./. 244 67 44
	Ref. KGH Glaubten	vital	Di	08.30-09.25 Uhr	Marianne Schraner	044 311 67 11
	Ref. KGH Saatlen	vital	Di Mi	09.00-10.00 Uhr	Ludwig Caplazi	044 431 03 93
	GZ Seebach	vital	Mi	09.00-10.00 Uhr	Susanne Frauenfelder	044 803 07 54
	Pfarrsaal Maria Lourdes	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Astrid Mores	044 321 45 65
	Ref. KGH Oerlikon Pfarrsaal Maria Lourdes	leicht	Mi	09.00-10.00 Uhr	Amida Gämperle	044 371 92 00
		vital	Do	08.45-09.45 Uhr	Bruno Moser	044 302 21 80
	Kath. KGH St. Katharina	vital	Do	09.00-10.00 Uhr	Isabella Ladner	044 302 05 51
	Ref. KGH Oerlikon	leicht	Do	09.00-10.00 Uhr 09.30-10.30 Uhr	Amida Gämperle Ruedi Bauert	044 371 92 00 044 341 09 52
	Dof VCU Claubton					111111 3111 (10 5)
	Ref. KGH Glaubten Pfarreisaal Herz-Jesu-Kirche	vital vital	Do Fr	08.30-10.30 Uhr	Sonja Virchaux	044 341 09 32



ORTSCHAFT	DURCHFÜHRUNGSORT	ANFORDE- RUNGSSTUFE	TAG	ZEIT	LEITER/IN	TELEFON
Zürich, Kreis 12	KGH Schwamendingen	leicht	Мо	14.30-15.30 Uhr	Hanna Koller	044 350 66 17
	GZ Hirzenbach	leicht	Mi	09.30-10.30 Uhr	Irène Bertschi	044 322 60 20
	Alterssiedlung Probstei	vital	Do	09.00-09.55/	Christa Hennecke	044 362 57 41
				10.05-11.00 Uhr		
	Ref. KGH Schwamendingen	leicht	Do	10.05-11.00 Uhr	Marianne Schraner	044 311 67 11
Zwillikon	Schulhaus Langackerstrasse	vital	Mi	14.00-15.00 Uhr	Sigrid Classen	044 761 99 10

ORIENTIERUNGSWANDERN



Die Teilnehmenden laufen ab Ausgangsort in Gruppen oder alleine bestimmte Stationen an. Die Route ist auf einer Karte eingezeichnet. Diese erhalten Sie beim Treffpunkt.

Montag, 05.09., 14.00 Uhr
Restaurant Grüntal,
Winterthur-Oberseen
Montag, 03.10., 13.30 Uhr
Klosterhof bei der Kirche,
Rüti ZH
Heinrich Sprecher
044 860 07 40
hesprechersa@hotmail.com

THÉ DANSANT

Mit Live-Musik und Bistrobetrieb.

WANN	Jeden 3. Dienstag im Monat
	13.09., 18.10., 15.11.,
	20.12.
ZEIT	14.00-17.00 Uhr
EINTRITT	CHF 10
ORT	Dance Academy
	Binzmühlestrasse 81
	8050 Zürich
	Direkt hinter dem
	Bahnhof Oerlikon
INFO	Klubschule, 044 317 53 53
	Pro Senectute, 058 451 51 31
	www.zh.pro-senectute.ch

WIR BITTEN ZUM TANZ

Mit Live-Musik und Buffet.

WANN	Mittwoch, 05.10., 19.10.,
	16.11., 07.12.
ZEIT	14.00-17.00 Uhr
EINTRITT	CHF 15 pro Person,
	CHF 25 für Paare
ORT	Kirchgemeindehaus
	Liebestrasse 3
	8400 Winterthur
INFO	PSZH, DC Winterthur
	Astrid Schöni Graf
	058 451 54 29
	astrid.schoeni@
	zh.pro-senectute.ch

SPORTKURSE

Die folgenden Sportkurse werden von ausgewählten Fachpersonen und Institutionen in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich angeboten. Bitte wenden Sie sich für Anmeldung und Auskunft direkt an die aufgeführten Kontaktpersonen.

RADMINTON

Badminton in Uster

WANN	Kurs für Einsteiger/-innen
	Donnerstag, 13.00 – 14.00 Uhr
EINSTIEG	Jeden Donnerstag möglich
KURSORT	Badmintonhalle Blue Shuttle
	Hallenbadweg 15, 8610 Uster
KOSTEN	CHF 25/Lektion à 60 Min.
	Schnupperlektion gratis
INFO/	Traugott Wapp, 078 658 92 40
ANMELDUNG	info@badmintonkurse.ch

Badminton in Zürich

WANN	Kurs für Einsteiger/-innen
	Dienstag, 15.30-16.15 Uhr
EINSTIEG	Jeden Dienstag möglich
KURSORT	Yonex Badmintonhalle
	Letzigrund, Flüelastrasse 27,
	8047 Zürich
KOSTEN	CHF 25/Lektion à 45 Min.
	Schnupperlektion gratis
INFO/	Traugott Wapp, 078 658 92 40
ANMELDUNG	info@badmintonkurse.ch

EVERDANCE

Everdance, das sind einfache Schrittfolgen des modernen Gesellschaftstanzes wie beispielsweise Cha-Cha-Cha, Samba oder Walzer zu Evergreens aus den 1940er- bis 1970er-Jahren. Das besondere an Everdance: Es braucht keine Tanzpartner und ist schnell gelernt. Unter anderem fördert das Tanzen beide Gehirnhälften gleichzeitig.

Kurse ab Sommer- bis Herbstferien

KURSDATEN/ -ORTE	Siehe unten
KURSDAUER	Eine Kursperiode dauert in der Regel fünf bis zehn Wochen mit einer wöchentlichen Lek- tion à 50 Minuten.
EINSTIEG	Jederzeit möglich
KOSTEN	CHF 56 (4×50 Minuten) CHF 70 (5×50 Minuten) CHF 84 (6×50 Minuten) CHF 98 (7×50 Minuten)
BEKLEIDUNG	Bequeme Kleidung und passende Schuhe
INFO/	Pro Senectute, 058 451 51 31
ANMELDUNG	sport@zh.pro-senectute.ch www.zh.pro-senectute.ch
Bülach	STANDARD CONTRACTOR
ORT	Kath. Pfarramt Bülach, Saal Scheuchzerstrasse 1
WANN	Donnerstag, 09.30 – 10.20 Uhr Donnerstag, 10.30 – 11.20 Uhr
DATUM	25.0806.10. (7×)
LEITUNG	Doris und René Marty