Zeitschrift: Visit: Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2012)

Heft: 3

Rubrik: Sportkurse

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: 12.12.2025

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



ORIENTIERUNGSWANDERN

Die Wanderungen mit Anlaufen verschiedener Stationen dauern jeweils ungefähr zwei Stunden und können alleine oder in Gruppen, langsam oder rascher ausgeführt werden. Die Wanderungen finden nur bei Gewitter oder Sturm nicht statt.

WANN/ TREFFPUNKT	Montag, 03.09., 13.30 Uhr Ref. Kirche Schöfflisdorf	
WANN/ TREFFPUNKT	Montag, 01.10., 13.30 Uhr Tramstation Milchbuck Zürich	
LEITUNG/ Heinrich Sprecher INFO 044 860 07 40 hesprechersa@hotmail		
KOSTEN	CHF 10	
ANMELDUNG	Nicht erforderlich	

THÉ DANSANT

Mit Bistrobetrieb und der beliebten «Gino Happy Band».

WANN	Dienstag, 18.09., 16.10., 20.11.	
ZEIT	14.00-17.00 Uhr	
EINTRITT	CHF 10.—	
ORT	Dance Academy Klubschule Binzmühlestrasse 81 8050 Zürich, direkt hinter dem Bahnhof Oerlikon	

SPORTKURSE

In ausgewählten Sportarten finden fortlaufende oder abgeschlossene Kurse statt. Sie werden von ausgebildeten Fachpersonen unterrichtet. Die Angebote richten sich an Interessierte 6oplus. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Auskunft, Anmeldung und Rechnungstellung erfolgen über das Sekretariat Bewegung und Sport von Pro Senectute Kanton Zürich unter: www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Bewegung und Sport resp. www.pszh-sport.ch sport@zh.pro-senectute.ch 058 451 51 31

Die Abkürzung PSZH steht für Pro Senectute Kanton Zürich.

EVERDANCE®

Walzer, Cha-Cha-Cha oder Disco Fox ohne Partner/-in tanzen! Einfache Tanzschritte werden zu kleinen Choreografien verbunden, die Sie alleine in der Gruppe tanzen. Sie können jederzeit in einen laufenden Kurs einsteigen. Die Kurse werden nach den Herbstferien fortgesetzt.

KURSDATEN/ -ORTE	Siehe unten	
KURSDAUER	Eine Kursperiode dauert in der Regel fünf bis zehn Wochen mit einer wöchent- lichen Lektion à 50 Minuten.	
EINSTIEG	Jederzeit möglich	
ANMELDUNG	An PSZH	
KOSTEN	CHF 56 $(4 \times 50 \text{ Minuten})$ CHF 70 $(5 \times 50 \text{ Minuten})$ CHF 84 $(6 \times 50 \text{ Minuten})$ CHF 98 $(7 \times 50 \text{ Minuten})$	
BEKLEIDUNG	Bequeme Kleidung und passende Schuhe	
N II AGG-14	All-!-	
Neu // Amolto	ern am Albis	
WANN	Montag, 10.00-10.50 Uhr	

WANN	Montag, 10.00–10.50 Uhr 20.08.–01.10. (7×)
KURSORT	werk eins (beim Jumbo/Manor) Werkstrasse 1
LEITUNG	Martina Foster

Neu // Bassersdorf

WANN	Montag, 09.30-10.20 Uhr	
	20.0801.10.	
	(6×, ohne 24.09.)	
KURSORT	Bungertstube (Frauenverein)	
LEITUNG	Andrea Reutimann	
ore equipment to	0 10 40 23 10 10 3	
Bülach		
WANN	Donnerstag, 09.00-09.50 Uhr	
	Donnerstag, 10.00-10.50 Uhr	
	Donnerstag, 11.00-11.50 Uhr	
	23.08 04.10. (7×)	
KURSORT	Kath. Pfarreizentrum	
	Scheuchzerstrasse 1	
LEITUNG	Doris und René Marty	

Dubendo	rt
WANN	Montag, 14.15-15.05 Uhr
	27.0801.10.
	(5×, ohne 03.09)

KURSORT	EvRef. Kirchgemeindehaus Bahnhofstrasse 37	
LEITUNG	Lotti Rufer	
Horgen		
WANN	Dienstag, 10.15-11.05 Uhr	
	21.0818.09. (5×)	
KURSORT	Baumgärtlistrasse 12	
LEITUNG	Bianca Bamert	
Kloten		
	Mittwoch 17.00—17.50 Uhr	
WANN	Mittwoch, 17.00 – 17.50 Uhr 29.08. – 03.10. (6×)	
KURSORT	Tanzschule Kloten Schaffhauserstrasse 126	
LEITUNG	Werner Niederhäuser	
Mailar		
Meilen		
WANN	Mittwoch, 09.05. – 04.07. (6 ×) 10.00 – 10.50 Uhr	
	11.00 – 11.50 Uhr,	
	Freitag, $11.0506.07.(6 \times)$ $15.00-15.50$ Uhr	
	16.00-16.50 Uhr	
KURSORT	Schulhaus Dorf, Turnhalle Schulhausstrasse 17	
LEITUNG	Verena Pickart Demont	
Pfäffikon		
	Montag 1/, 00 1/, E0 libr	
WANN	Montag, 14.00–14.50 Uhr 20.08.–01.10. (7×)	
KURSORT	Studio Allegria Kempttalstrasse 26	
LEITUNG	Caroline Gfeller	
Pogonsdorf		
Regensdorf WANN	Dionetag 00 20 10 20 Uhr	
WAININ	Dienstag, 09.30 – 10.20 Uhr Dienstag, 10.30 – 11.20 Uhr 21.08. – 02.10. (7×)	
KURSORT	Ref. Kirchgemeindehaus	
Heisel 4	Watterstrasse 18	
LEITUNG	René Marty	
Neu // Stäfa		
WANN	Mittwoch, 16.30 – 17.20 Uhr	
	22.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 03.10. (6×)	
KURSORT	MZH Beewies Etzelstrasse 35, 8712 Stäfa	
LEITUNG	Verena Pickart Demont	
	6 mg 1 mg 2	

Uster	
WANN	Montag, 09.00-09.50 Uhr Montag, 14.00-14.50 Uhr 20.0801.10. (7×)
KURSORT	Zirkuszelt Filacro, beim Zeughaus, Berchtholdstrasse
LEITUNG	Marianne Matousek
Volketswil	
WANN	Freitag, 11.10–12.00 Uhr 17.08.–05.10. (7×, ohne 21.09.)
KURSORT	Gemeinschaftszentrum in der Au, In der Au 1

Wädenswi	
WANN	Mittwoch, 09.00-09.50 Uhr 22.0819.09. (5×)
KURSORT	Ref. Kirchgemeindehaus Rosenmatt, Gessnerweg 5
LEITUNG	Bianca Bamert

Marianne Matousek

LEITUNG

Neu // Winterthur- Hegi WANN Donnerstag, 14.00-14.50 Uhr 23.08.-04.10. (7×) KURSORT Ortsverein Hegi/Hegifeld Reismühleweg 48 LEITUNG Petra Erb

Winterthur (Kongress- und Kirch- gemeindehaus Liebestrasse)		
WANN	Dienstag, 14.00-14.50 Uh	
	Dienstag, 15.00-15.50 Uh	

	Dienstag, 15.00–15.50 Uhr 21.08.–02.10. (7×)	
KURSORT	Kongress- und Kirchgemein- dehaus, Liebestrasse 3	
LEITUNG	Caroline Gfeller	

Winterthur	
(Kirchgemeinde	Mattenbach)

WANN	Freitag, 08.45-09.35 Uhr
	Freitag, 09.40-10.30 Uhr
	Freitag, 10.30-11.20 Uhr
	24.0805.10 (7×)
KURSORT	Evang. Ref. Kirchgemeinde
	Mattenbach
	am Bach 40
LEITUNG	René Marty

Zürich-Albisrieden

WANN	Montag, 16.00-16.50 Uhr
	$03.0901.10.(5\times)$

KURSORT	Backstage Studio
	Hardstrasse 81
	8004 Zürich
LEITUNG	Monika Bühlmann
	(Ausbildnerin Everdance)

Zürich-Altstetten	
WANN	Montag, 13.30-14.20 Uhr
	20.0801.10.
	(6×, ohne 10.09.)
KURSORT	Tanzschule Galactic Dance

	(0 × , 01111c ±0.05.)
KURSORT	Tanzschule Galactic Dance
	Albulastrasse 47, 8048 Zürich
LEITUNG	Isabella Ladner

Zürich-Hottingen

WANN	Montag, 15.00-15.50 Uhr
	Montag, 16.00-16.50 Uhr
	27.0801.10.
	(4×, ohne 10.09. und 17.09.)
KURSORT	Gemeinschaftszentrum
	Hottingen, Gemeindestrasse 54
	8032 Zürich
LEITUNG	Helen Rüegg

Neu // Zürich-Oberstrass

WANN	Mittwoch, 10.00-10.50 Uhr 22.0803.10.
	(6×, ohne 26.09.)
KURSORT	Tanzschule Dance it
	Stäblistrasse 2, 8006 Zürich
LEITUNG	Monika Stirnimann

Zürich-Oerlikon

Montag, 16.25-17.15 Uhr
03.0901.10.
(4×, ohne 10.09.)
Zürcher Gemeinschaftszentren
Gubelstrasse 10, 8050 Zürich
Edith Bonomo

NEU // LINE DANCE

Getanzt wird zu Country und Popmusik in Linien neben- und hintereinander. Jeder tanzt «solo», aber gleichzeitig synchron mit den anderen. Willkommen sind alle, die Spass am Tanzen haben, Herausforderungen lieben und gerne Countrymusik hören.

WANN	ab Mittwoch, 24.10.2012 vormittags
LEITUNG	Theresa Martinelli

NORDIC WALKING

Nach diesem Einführungskurs können Sie die optimale und wirkungsvolle Technik in unterschiedlichem Gelände anwenden und haben Stöcke und Sportart unverbindlich ausprobiert.

WANN	Freitag, 09.00-10.30 Uhr 12.1010.11.
EINSTIEG	Auf Kursbeginn
TREFFPUNKT	Sportzentrum Schachen Heumattstrasse 8906 Bonstetten
KOSTEN	CHF 90.— (5×90 Minuten, inkl. Stockmiete)
LEITUNG/ INFO	Raymond Tavernier 044 700 34 32 raymond.tavernier@ bluewin.ch
ANMELDUNG	Bis 05.10. an PSZH

SICHER GEHEN

WANN	Mittwoch, 14.30–16.00 Uhr 05.09.–24.10.
TREFFPUNKT	Kulturzentrum Obere Mühle Oberdorfstrasse 15 8600 Dübendorf
KOSTEN	CHF 180 (8×90 Minuten)
LEITUNG/ INFO	Maja Stebler, 044 821 10 41 stebler@glattnet.ch
ANMELDUNG	Bis 22.08. an PSZH

WANN	Mittwoch, 14.30-16.00 Uhr
	24.1012.12.
TREFFPUNKT	Schulhaus Schauenberg
	Lerchenhalde 40, 8046 Zürich
KOSTEN	CHF 180 (8×90 Minuten)
LEITUNG/	Eveline Kipfer
INFO	044 371 38 48
	eveline.kipfer@bluewin.ch
ANMELDUNG	Bis 10.10. an PSZH

Zürich-Aussersihl-Hard	
WANN	Donnerstag, 10.00-11.30 Uhr
	20.0922.11.
	(ohne 11.10. und 18.10.)

 \rightarrow



TREFFPUNKT	Kirchgemeindehaus St. Felix und Regula Hirzelstrasse 22, 8004 Zürich
KOSTEN	CHF 180.— (8×90 Minuten)
LEITUNG/ INFO	Helen Artho, 044 241 33 79 hc.artho@bluewin.ch
ANMELDUNG	Bis 06.09. an PSZH

TANGOSANO PRACTICA



Diese Tango Practica besteht aus einem angeleiteten Tango Argentino Übungsteil mit Schwerpunktthema und einem anschliessenden Teil mit individueller Beratung für alle Niveaus. Tango Argentino wird im Paar getanzt. Einzeltänzer/-innen sind willkommen und werden in die Partnerwechsel integriert.

WANN	Dienstag, 10.30–12.30 Uhr 23.10. – 11.12. (8×)
EINSTIEG	Jederzeit möglich
KURSORT	Quartiertreff Hirslanden Forchstrasse 248, 8032 Zürich
LEITUNG	Verena Vaucher und Alexander Dreher
KOSTEN	CHF 216 (8×)

TENNIS

Dieser Ballsport ist überaus geeignet für Beginnende und Geübte, verbessern Sie doch Ihre Koordination und Kondition! Lassen Sie sich von der Tennisleitung über Ihre Niveaueinstufung beraten.

Tennis in Bachenbülach

WANN	Montagmorgen zwischen
	08.00 und 12.00 Uhr
	gemäss Einteilung,
	neue Kursperiode ab 17.09.

KURSORT	Tennishalle Ambiance 8184 Bachenbülach gegenüber Jumbo-Markt
KOSTEN	Winterperioden: CHF 210.— pro Person bei 4er-Gruppe, CHF 264.— pro Person bei 3er-Gruppe (8×60 Min., inkl. Platzmiete)
LEITUNG	Lilo Gubelmann und Ursula Schrepfer
INFO/ ANMELDUNG	Lilo Gubelmann, 044 860 08 48 www.tennisambiance.ch

Tennis in Buchs/ZH	
WANN	Donnerstag (und evtl. Mitt- wochmorgen), zwischen 08.00 und 11.00 Uhr gemäss Einteilung
EINSTIEG	Neue Kurse auf Anfrage
KURSORT	Tenniscenter Furtbach Furtbachstrasse 22 8107 Buchs www.tennis-buchs.ch
KOSTEN mu Oz.o.	Winterperioden: CHF 210.— pro Person bei 4er-Gruppe, CHF 264.— pro Person bei 3er-Gruppe (8×60 Min., inkl. Platzmiete)
LEITUNG	Fredi Schnorf und Peter Nell
INFO/ ANMELDUNG	Fredi Schnorf 044 844 22 32/079 245 86 52 f.schnorf@bluewin.ch www.tennis-buchs.ch

Tennis in Dürnten

07.0907.12.
(ohne Herbstferien)
08.00-09.00 Uhr
09.00-10.00 Uhr
10.00-11.00 Uhr
11.00-12.00 Uhr
Laufende Kurse,
Einstieg jederzeit möglich
Tennishalle Dürnten
Bubikonerstrasse 43a
8635 Dürnten
Sommer- und Winterperioden:
CHF 250.— pro Person, ab
Oktober CHF 264 (12×
60 Minuten, inkl. Platzmiete)
Toni Schnetzer, 044 937 11 42
a.schnetzer@hispeed.ch
oder Hans Guldimann
044 937 25 38

VORSCHAU WINTERWOCHEN

Detailausschreibungen mit Preisangaben und Anmeldung ab Ende September unter www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Bewegung und Sport > Sportwochen oder unter 058 451 51 31

SCHNEESCHUHLAUFEN

WANN	So-Fr, 2025. Januar 2013
ORT	Alt St. Johann/Toggenburg

SKI ALPIN

WANN	So-Fr, 1318. Januar 2013
ORT	Bivio / Graubünden

BILDUNG UND KULTUR

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

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

SinnVolles GehirnTraining in Affoltern a. A.

KURSDATEN	Halbjahr 2012/2013
	14-tägig, 09.00-11.00 Uhr
	1. Mittwochgruppe:
	10.10.12 bis 06.03.13
	2. Mittwochgruppe:
	17.10.12 bis 13.03.13
	1. Donnerstaggruppe:
	11.10.12 bis 07.03.13
	2. Donnerstaggruppe
	(neu: Einführungskurs):
	01.11.12 bis 28.03.13
KURSORT	Ref. Kirchgemeinde
	Zürichstrasse 94
	8910 Affoltern a. A.
LEITUNG	Ruth Schärer-Wicki
	Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 250 (10×120 Minuten)