

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: 31.01.2026

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 /	Montag, 03.09., 13.30 Uhr
TREFFPUNKT	Ref. Kirche Schöflisdorf
WANN /	Montag, 01.10., 13.30 Uhr
TREFFPUNKT	Tramstation Milchbuck Zürich
LEITUNG / INFO	Heinrich Sprecher 044 860 07 40 hesprechersa@hotmail.com
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 6plus. 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.

Kurse August bis Oktober

KURSDATEN / -ORTE	Siehe unten
KURSDAUER	Eine Kursperiode dauert in der Regel fünf bis zehn Wochen mit einer wöchentlichen Lektion à 50 Minuten.
EINSTIEG	Jederzeit möglich
ANMELDUNG	An PSZH
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

Neu // Affoltern am Albis

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 20.08.–01.10. (6×, ohne 24.09.)
KURSORT	Bungertstube (Frauenverein)
LEITUNG	Andrea Reutimann

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

Dübendorf

WANN	Montag, 14.15–15.05 Uhr 27.08.–01.10. (5×, ohne 03.09)
------	--

KURSORT	Ev.-Ref. Kirchgemeindehaus Bahnhofstrasse 37
LEITUNG	Lotti Rufer

Horgen

WANN	Dienstag, 10.15–11.05 Uhr 21.08.–18.09. (5×)
KURSORT	Baumgärtlihof Baumgärtlistrasse 12
LEITUNG	Bianca Bamert

Kloten

WANN	Mittwoch, 17.00–17.50 Uhr 29.08.–03.10. (6×)
KURSORT	Tanzschule Kloten Schaffhauserstrasse 126
LEITUNG	Werner Niederhäuser

Meilen

WANN	Mittwoch, 09.05.–04.07. (6×) 10.00–10.50 Uhr 11.00–11.50 Uhr, Freitag, 11.05.–06.07. (6×) 15.00–15.50 Uhr 16.00–16.50 Uhr
KURSORT	Schulhaus Dorf, Turnhalle Schulhausstrasse 17
LEITUNG	Verena Pickart Demont

Pfäffikon

WANN	Montag, 14.00–14.50 Uhr 20.08.–01.10. (7×)
KURSORT	Studio Allegria Kempttalstrasse 26
LEITUNG	Caroline Gfeller

Regensdorf

WANN	Dienstag, 09.30–10.20 Uhr Dienstag, 10.30–11.20 Uhr 21.08.–02.10. (7×)
KURSORT	Ref. Kirchgemeindehaus 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

Uster

WANN	Montag, 09.00–09.50 Uhr Montag, 14.00–14.50 Uhr 20.08.–01.10. (7x)
KURSORT	Zirkuszelt Filacro, beim Zeughaus, Berchtholdstrasse
LEITUNG	Marianne Matousek

Volketswil

WANN	Freitag, 11.10–12.00 Uhr 17.08.–05.10. (7x, ohne 21.09.)
KURSORT	Gemeinschaftszentrum in der Au, In der Au 1
LEITUNG	Marianne Matousek

Wädenswil

WANN	Mittwoch, 09.00–09.50 Uhr 22.08.–19.09. (5x)
KURSORT	Ref. Kirchgemeindehaus Rosenmatt, Gessnerweg 5
LEITUNG	Bianca Bamert

Neu // Winterthur- Hegi

WANN	Donnerstag, 14.00–14.50 Uhr 23.08.–04.10. (7x)
KURSORT	Ortsverein Hegi/Hegifeld Reismühleweg 48
LEITUNG	Petra Erb

Winterthur (Kongress- und Kirchgemeindehaus Liebestrasse)

WANN	Dienstag, 14.00–14.50 Uhr Dienstag, 15.00–15.50 Uhr 21.08.–02.10. (7x)
KURSORT	Kongress- und Kirchgemeindehaus, 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 24.08.–05.10. (7x)
KURSORT	Evang. Ref. Kirchgemeinde Mattenbach am Bach 40
LEITUNG	René Marty

Zürich-Albisrieden

WANN	Montag, 16.00–16.50 Uhr 03.09.–01.10. (5x)
------	---

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

Zürich-Altstetten

WANN	Montag, 13.30–14.20 Uhr 20.08.–01.10. (6x, ohne 10.09.)
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 27.08.–01.10. (4x, 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 22.08.–03.10. (6x, ohne 26.09.)
KURSORT	Tanzschule Dance it Stäblistrasse 2, 8006 Zürich
LEITUNG	Monika Stirnimann

Zürich-Oerlikon

WANN	Montag, 16.25–17.15 Uhr 03.09.–01.10. (4x, ohne 10.09.)
KURSORT	Zürcher Gemeinschaftszentren Gubelstrasse 10, 8050 Zürich
LEITUNG	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 12.10.–10.11.
EINSTIEG	Auf Kursbeginn
TREFFPUNKT	Sportzentrum Schachen Heumattstrasse 8906 Bonstetten
KOSTEN	CHF 90.– (5x 90 Minuten, inkl. Stockmiete)
LEITUNG/ INFO	Raymond Tavernier 044 700 34 32 raymond.tavernier@bluewin.ch
ANMELDUNG	Bis 05.10. an PSZH

SICHER GEHEN

Dübendorf

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

Zürich-Affoltern

WANN	Mittwoch, 14.30–16.00 Uhr 24.10.–12.12.
TREFFPUNKT	Schulhaus Schauenberg Lerchenhalde 40, 8046 Zürich
KOSTEN	CHF 180.– (8x 90 Minuten)
LEITUNG/ INFO	Eveline Kipfer 044 371 38 48 eveline.kipfer@bluewin.ch
ANMELDUNG	Bis 10.10. an PSZH

Zürich-Aussersihl-Hard

WANN	Donnerstag, 10.00–11.30 Uhr 20.09.–22.11. (ohne 11.10. und 18.10.)
------	--

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

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, 20.–25. Januar 2013
ORT	Alt St. Johann/Toggenburg

SKI ALPIN

WANN	So–Fr, 13.–18. 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)