

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2020)  
**Heft:** 3: Echte Teamarbeit : weshalb Grosseltern und Enkelkinder meist hervorragend harmonieren - und wie beide voneinander profitieren  
  
**Register:** Bewegung und Sport

### **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:** 12.01.2026

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



## Fit/Gym

| Ort               | Treffpunkt  | Leitung                  | Anforderung  | Wann                            | Preis/Abo in CHF            |             |       | + |
|-------------------|---|--------------------------|--------------|---------------------------------|-----------------------------|-------------|-------|---|
| Adliswil          | Turnhalle, Schulhaus Zopf<br>Zelgstrasse 20           | Susanne Rasper           | Leicht       | Mittwoch<br>15.00 – 16.00 Uhr   | Halbjahresabo: 91.00 (13x)  | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Aesch ZH          | Turnhalle Nassenmatt<br>Lielistrasse 12               | Lilian Schlund           | Leicht       | Montag<br>9.00 – 10.00 Uhr      | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Bachenbülach      | Pavillon MZH (Mehrzweckhalle)<br>Schulhausstrasse 1   | Christine Jäger          | Vital        | Montag<br>13.45 – 14.45 Uhr     | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Bachenbülach      | Pavillon MZH (Mehrzweckhalle)<br>Schulhausstrasse 1   | Christine Jäger          | Leicht       | Montag<br>15.00 – 16.00 Uhr     | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Bülach            | Ref. Kirchgemeindehaus<br>Grampenweg 5                | Christine Jäger          | Vital        | Dienstag<br>8.30 – 9.30 Uhr     | Halbjahresabo: 128.00 (16x) | 10er Karte: | 96.00 |   |
| Bülach            | Ref. Kirchgemeindehaus<br>Grampenweg 5                | Christine Jäger          | Leicht       | Dienstag<br>10.00 – 11.00 Uhr   | Halbjahresabo: 128.00 (16x) | 10er Karte: | 85.00 | + |
| Effretikon        | Turnhalle Altersheim Bruggwiesen<br>Märtplatz 19      | Veronika Fehr-Keller     | Vital Frauen | Montag<br>8.15 – 9.15 Uhr       | Halbjahresabo: 126.00 (18x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Elgg              | Turnhalle, Elgg/Hofstetten<br>Seegartenstrasse 21     | Irene Rickenbach         | Sportlich    | Montag<br>9.00 – 10.00 Uhr      | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Elgg              | Turnhalle Ritschberg<br>Bahnhofstrasse 39             | Gail Patricia Steinemann | Vital        | Mittwoch<br>15.10 – 16.10 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Elgg              | Turnhalle Ritschberg<br>Bahnhofstrasse 39             | Gail Patricia Steinemann | Leicht       | Mittwoch<br>14.10 – 15.05 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Flurlingen        | Turnhalle<br>Gründenstrasse 26                        | Gerhard Aeby             | Vital        | Dienstag<br>9.00 – 10.00 Uhr    | Halbjahresabo: 128.00 (16x) | 10er Karte: | 96.00 |   |
| Hedingen          | Schulhaus Güpfl<br>Güpfstrasse 13                     | Uta Koch                 | Leicht       | Mittwoch<br>14.30 – 15.30 Uhr   | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Höri              | Glatthalle<br>Schulhausstrasse 15                     | Patrizia Niedermann      | Leicht       | Montag<br>15.45 – 16.45 Uhr     | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Illnau-Effretikon | Turnhalle Altersheim Bruggwiesen<br>Märtplatz 19      | Veronika Fehr-Keller     | Leicht       | Mittwoch<br>9.10 – 10.10 Uhr    | Halbjahresabo: 119.00 (17x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Illnau-Effretikon | Turnhalle Altersheim Bruggwiesen<br>Märtplatz 19      | Veronika Fehr-Keller     | Leicht       | Mittwoch<br>10.15 – 11.15 Uhr   | Halbjahresabo: 119.00 (17x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Maschwanden       | Schulhaus am Bach<br>Dorfstrasse 56                   | Claudia Gaus             | Leicht       | Dienstag<br>16.00 – 17.00 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Meilen            | Turnhalle Obermeilen<br>Bergstrasse 120               | Arabella Weber-Schoch    | Vital        | Montag<br>15.30 – 16.30 Uhr     | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederglatt       | Singsaal Eichli<br>Grafschaftstrasse 57               | Sandra Galli Rüegg       | Vital        | Montag<br>9.45 – 10.45 Uhr      | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederglatt       | Singsaal Eichli<br>Grafschaftstrasse 57               | Sandra Galli Rüegg       | Sportlich    | Montag<br>8.30 – 9.30 Uhr       | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederhasli       | Schulhaus Lindenstrasse<br>Lindenstrasse 21           | Andrea Hammer            | Sportlich    | Dienstag<br>17.45 – 18.45 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederhasli       | Seniorenzentrum Spitz<br>Spitzstrasse 21              | Sandra Galli Rüegg       | Leicht       | Dienstag<br>13.30 – 14.30 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Niederhasli       | Kirchgemeindehaus<br>Nöschlikonerstrasse 3            | Patricia Keller          | Vital        | Montag<br>14.00 – 15.00 Uhr     | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederhasli       | Mehrzweckhalle Schulhaus Seehalde<br>Seefeldstrasse 8 | Gaby Lardon              | Vital        | Donnerstag<br>14.00 – 15.00 Uhr | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederhasli       | Mehrzweckhalle Schulhaus Seehalde<br>Seefeldstrasse 8 | Gaby Lardon              | Sportlich    | Mittwoch<br>10.00 – 11.00 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Niederhasli       | Mehrzweckhalle Schulhaus Seehalde<br>Seefeldstrasse 8 | Gaby Lardon              | Sportlich    | Donnerstag<br>10.10 – 11.10 Uhr | Halbjahresabo: 105.00 (15x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Oberohringen      | Turnhalle Schulstrasse<br>Schulstrasse 7              | Esther Liebi             | Vital        | Mittwoch<br>16.00 – 17.00 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 86.00 |   |
| Oberohringen      | Turnhalle Schulstrasse<br>Schulstrasse 7              | Esther Liebi             | Leicht       | Mittwoch<br>14.00 – 15.00 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x) | 10er Karte: | 75.00 | + |
| Otelfingen NEU    | Sporthalle Ellenberg<br>Ellenbergstrasse 6            | Esther Schibli           | Vital        | Freitag<br>10.00 – 11.00 Uhr    | Halbjahresabo: 72.00 (9x)   | 10er Karte: | 96.00 |   |
| Pfäffikon ZH      | Kath. Kirche St. Benignus<br>Schärackerstrasse 14     | Silvia Bigler            | Leicht       | Dienstag<br>9.30 – 10.30 Uhr    | Halbjahresabo: 91.00 (13x)  | 10er Karte: | 75.00 | + |



## Fit/Gym

| Ort                       | Treffpunkt                                       | Leitung                | Anforderung         | Wann                                     | Preis/Abo in CHF                                 | + |
|---------------------------|--|------------------------|---------------------|--|--|---|
| Rafz                      | Turnhalle Schulhaus Götzen<br>Rietgass 3         | Sylvia Sigrist         | Sportlich           | Montag<br>7.15 – 8.15 Uhr                | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Richterswil               | Schulhaus Boden<br>Göldistrasse 19               | Myrta Güner            | Leicht              | Mittwoch<br>16.30 – 17.30 Uhr            | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 75.00 | + |
| Rümlang                   | Haus am Dorfplatz<br>Lindenstrasse 6             | Diana Turrin           | Vital/<br>Sportlich | Montag<br>10.15 – 11.10 Uhr              | Halbjahresabo: 133.00 (19x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Rümlang                   | Haus am Dorfplatz<br>Lindenstrasse 6             | Diana Turrin           | Vital/<br>Sportlich | Montag<br>9.00 – 9.55 Uhr                | Halbjahresabo: 133.00 (19x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Samstagern                | Schulhaus<br>Stationsstrasse 13                  | Monika Bechtiger       | Vital               | Montag<br>16.30 – 17.30 Uhr              | Halbjahresabo: 98.00 (14x)<br>10er Karte: 86.00  |   |
| Schlieren                 | Gemeinschaftsraum Post<br>Freiestrasse 1         | Waltraud Hofstetter    | Leicht              | Mittwoch<br>7.45 – 8.45 Uhr              | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 75.00 | + |
| Schlieren                 | Gemeinschaftsraum Post<br>Freiestrasse 1         | Waltraud Hofstetter    | Leicht              | Mittwoch<br>9.15 – 10.15 Uhr             | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 75.00 | + |
| Schlieren                 | Schulhaus Zelgli<br>Rohrstrasse 10               | Waltraud Hofstetter    | Leicht              | Dienstag<br>8.00 – 9.00 Uhr              | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 75.00 | + |
| Schönenberg               | Sporthalle<br>Hirzelstrasse 1                    | Rosmarie Horath        | Vital               | Donnerstag<br>10.30 – 11.30 Uhr          | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Stadel                    | Singsaal Oberstufe<br>Kaiserstuhlerstrasse 54    | Corinne Obrist         | Vital               | Mittwoch<br>9.00 – 10.00 Uhr             | Halbjahresabo: 128.00 (16x)<br>10er Karte: 96.00 |   |
| Stadel                    | Altes Schulhaus<br>Kaiserstuhlerstrasse 45       | Patrizia Niedermann    | Leicht              | Montag<br>14.00 – 15.00 Uhr              | Halbjahresabo: 128.00 (16x)<br>10er Karte: 85.00 | + |
| Tagelswangen              | Gemeindesaal<br>Falkenstrasse 1                  | Ursula Müller          | Vital               | Dienstag<br>8.45 – 9.45 Uhr              | Halbjahresabo: 128.00 (16x)<br>10er Karte: 96.00 |   |
| Tagelswangen              | Gemeindesaal<br>Falkenstrasse 1                  | Ursula Müller          | Vital               | Dienstag<br>10.15 – 11.15 Uhr            | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Thalwil                   | Alterszentrum Serata<br>Tischenloostrasse 55     | Marianne Ringger       | Leicht              | Montag (jede 2. Wo)<br>8.45 – 9.45 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 75.00 | + |
| Thalwil                   | Alterszentrum Serata<br>Tischenloostrasse 55     | Marianne Ringger       | Leicht              | Montag (jede 2. Wo)<br>10.00 – 11.00 Uhr | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 75.00 | + |
| Truttikon                 | Turnhalle Schulhausstrasse<br>Schulhausstrasse 6 | Ruth Frei-Schlegel     | Vital               | Dienstag<br>18.30 – 19.30 Uhr            | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Uetikon                   | Turnhalle Weissenrain<br>Kleindorfstrasse 5      | Susanna Schinzel       | Leicht              | Freitag<br>14.15 – 15.15 Uhr             | Halbjahresabo: 128.00 (16x)<br>10er Karte: 85.00 | + |
| Uster                     | Alterssiedlung Rehbühl<br>Rehbühlstrasse 10      | Marianne Koch          | Leicht              | Montag<br>10.15 – 11.15 Uhr              | Halbjahresabo: 91.00 (13x)<br>10er Karte: 75.00  | + |
| Uster                     | Sporthalle Buchholz<br>Hallenbadweg 4            | Maria Kappeler         | Vital               | Donnerstag<br>14.00 – 15.00 Uhr          | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Volketswil                | Gemeinschaftszentrum in der Au<br>In der Au 1    | Karin Müller           | Leicht              | Mittwoch<br>10.00 – 11.00 Uhr            | Halbjahresabo: 119.00 (17x)<br>10er Karte: 86.00 | + |
| Wädenswil                 | Glärnischhalle<br>Neudorfstrasse 4               | Marlies Dorfschmid     | Vital               | Dienstag<br>17.15 – 18.15 Uhr            | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Wald                      | Hallenbad Gymnastikhalle<br>Friedhofstrasse 23   | Aneta Westrych-Gorniak | Leicht              | Donnerstag<br>10.00 – 11.00 Uhr          | Halbjahresabo: 112.00 (14x)<br>10er Karte: 85.00 | + |
| Weisslingen               | Ref. Kirchgemeindehaus<br>Lendikerstrasse 7      | Mirjam Roth            | Leicht              | Donnerstag<br>14.15 – 15.15 Uhr          | Halbjahresabo: 84.00 (12x)<br>10er Karte: 75.00  | + |
| Winkel                    | Saal Sigristenstiftung<br>Postweg 1              | Ruth Gut               | Leicht              | Montag<br>8.45 – 9.45 Uhr                | Halbjahresabo: 98.00 (14x)<br>10er Karte: 75.00  | + |
| Winkel                    | Saal Sigristenstiftung<br>Postweg 1              | Ruth Gut               | Leicht              | Montag<br>10.00 – 11.00 Uhr              | Halbjahresabo: 98.00 (14x)<br>10er Karte: 75.00  | + |
| Winkel                    | Turnhalle Grossacher<br>Hungerbühlstrasse 15     | Ruth Gut               | Vital               | Dienstag<br>9.10 – 10.10 Uhr             | Halbjahresabo: 105.00 (15x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Winterthur                | Alte Kaserne<br>Technikumstrasse 8               | Dora Dümel-Maurer      | Leicht              | Dienstag<br>8.50 – 9.50 Uhr              | Halbjahresabo: 128.00 (16x)<br>10er Karte: 85.00 | + |
| Winterthur-<br>Sennhof    | Turnhalle Tösstalstrasse<br>Tösstalstrasse 376   | Dora Dümel-Maurer      | Vital               | Dienstag<br>16.30 – 17.30 Uhr            | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 86.00 |   |
| Winterthur-<br>Wülflingen | Kirchgemeindehaus<br>Lindenplatz 12              | Heidi Glaus            | Vital               | Mittwoch<br>8.30 – 9.30 Uhr              | Halbjahresabo: 112.00 (16x)<br>10er Karte: 86.00 |   |



## Fit/Gym

| Ort                   | Treffpunkt  | Leitung                           | Anforderung | Wann                         | Preis/Abo in CHF                              | + |
|-----------------------|---|-----------------------------------|-------------|------------------------------|---|---|
| Winterthur-Wülflingen | Kirchgemeindehaus Lindenplatz 12                  | Heidi Glaus                       | Vital       | Mittwoch 9.45 – 10.45 Uhr    | Halbjahresabo: 112.00 (16x) 10er Karte: 86.00 |   |
| Zollikerberg          | Ref. Kirchgemeindehaus (Berg) Hohfurenstrasse 1   | Brigitte Schäpper                 | Vital       | Freitag 9.00 – 10.00 Uhr     | Halbjahresabo: 120.00 (15x) 10er Karte: 96.00 |   |
| Zollikon              | Kirchgemeindehaus Rösslirain (Dorf) Rösslirain 2  | Brigitte Schäpper                 | Vital       | Mittwoch 9.15 – 10.15 Uhr    | Halbjahresabo: 128.00 (16x) 10er Karte: 96.00 |   |
| Zürich, Kreis 11      | Ref. Kirchgemeindehaus Baumackerstrasse 19        | Fiorella Bertolaso, Harry Hulsers | Leicht      | Mittwoch 9.00 – 10.00 Uhr    | Halbjahresabo: 128.00 (16x) 10er Karte: 85.00 | + |
| Zürich, Kreis 7       | Ref. Kirchgemeindehaus Witikonstrasse 286         | Paula Hitz                        | Leicht      | Mittwoch 8.45 – 9.45 Uhr     | Halbjahresabo: 105.00 (15x) 10er Karte: 75.00 | + |
| Zürich, Kreis 7       | Ref. Kirchgemeindehaus Witikonstrasse 286         | Paula Hitz                        | Sportlich   | Mittwoch 10.00 – 11.00 Uhr   | Halbjahresabo: 120.00 (15x) 10er Karte: 96.00 |   |
| Zürich, Kreis 7       | Ref. Kirchgemeindehaus Witikonstrasse 286         | Paula Hitz                        | Sportlich   | Mittwoch 11.15 – 12.15 Uhr   | Halbjahresabo: 112.00 (14x) 10er Karte: 96.00 |   |
| Zürich, Kreis 7       | Alterszentrum Kluspark Asylstrasse 130            | Krisztina Szarka                  | Leicht      | Montag 10.00 – 11.00 Uhr     | Halbjahresabo: 112.00 (14x) 10er Karte: 85.00 | + |
| Zürich, Kreis 7       | Alterszentrum Kluspark Asylstrasse 130            | Krisztina Szarka                  | Leicht      | Montag 9.00 – 10.00 Uhr      | Halbjahresabo: 120.00 (15x) 10er Karte: 85.00 | + |
| Zürich, Kreis 2       | Kirchgemeindehaus Enge Bederstrasse 25            | Monika Meile                      | Vital       | Mittwoch 9.00 – 10.00 Uhr    | Halbjahresabo: 105.00 (15x) 10er Karte: 86.00 |   |
| Zürich, Kreis 3       | Ref. Kirchgemeindesaal Friesenberg Borweg 79      | Susanne Rasper                    | Leicht      | Dienstag 13.50 – 14.50 Uhr   | Halbjahresabo: 128.00 (16x) 10er Karte: 85.00 | + |
| Zürich, Kreis 4       | Ref. Kirchgemeindehaus Bullingerstrasse 4         | Sylvie Berchtold-Remund           | Leicht      | Montag 8.30 – 9.30 Uhr       | Halbjahresabo: 98.00 (14x) 10er Karte: 75.00  | + |
| Zürich, Kreis 4       | Bullingerkirche Bullingerstrasse 4                | Sylvie Berchtold-Remund           | Leicht      | Montag 9.30 – 10.30 Uhr      | Halbjahresabo: 98.00 (14x) 10er Karte: 75.00  | + |
| Zürich, Kreis 3       | Ref. Kirchgemeindehaus Bühl Bühlstrasse 11        | Angela Kläusler                   | Leicht      | Donnerstag 10.00 – 11.00 Uhr | Halbjahresabo: 112.00 (16x) 10er Karte: 86.00 | + |
| Zürich, Kreis 3       | Ref. Kirchgemeindehaus Bühl Bühlstrasse 11        | Esther Büchi                      | Vital       | Dienstag 9.15 – 10.15 Uhr    | Halbjahresabo: 105.00 (15x) 10er Karte: 86.00 |   |
| Zürich, Kreis 4       | Ref. KGH Aussersihl Stauffacherstrasse 10         | Edith Stieger                     | Vital       | Mittwoch 9.30 – 10.30 Uhr    | Halbjahresabo: 105.00 (15x) 10er Karte: 86.00 |   |
| Zürich, Kreis 6       | Ref. Kirchgemeindehaus Paulus Milchbuckstrasse 57 | Annick Breton                     | Leicht      | Dienstag 10.00 – 11.00 Uhr   | Halbjahresabo: 128.00 (16x) 10er Karte: 85.00 | + |
| Zürich, Kreis 6       | Ref. Kirchgemeindehaus Paulus Milchbuckstrasse 57 | Annick Breton                     | Vital       | Dienstag 8.45 – 9.45 Uhr     | Halbjahresabo: 128.00 (16x) 10er Karte: 96.00 |   |
| Zürich, Kreis 9       | GZ Bachwiesen Bachwiesenstrasse 40                | Monika Descombes                  | Leicht      | Mittwoch 9.00 – 10.00 Uhr    | Halbjahresabo: 128.00 (16x) 10er Karte: 85.00 | + |



Kontaktieren  
Sie uns  
unverbindlich:  
058 451 51 70  
[home24@psz.ch](mailto:home24@psz.ch)

PRO SENECTUTE  
**Home**

Fürsorgliche 24-Stunden-Betreuung  
und kompetente Pflege zu Hause.

[www.psz.ch/home24](http://www.psz.ch/home24)

Pro Senectute  
Kanton Zürich



## Aqua Fitness

| Ort              | Treffpunkt   | Leitung                   | Anforderung | Wann                            | Preis/Abo in CHF            |                    | + |
|------------------|--|---------------------------|-------------|---------------------------------|-----------------------------|--------------------|---|
| Dielsdorf        | Lernschwimmbad<br>Früeblistrasse 4                 | Christin Dennler          | Leicht      | Dienstag<br>19.15 – 20.00 Uhr   | Halbjahresabo: 180.00 (15x) | 10er Karte: 125.00 | + |
| Männedorf        | Hallenbad<br>Haldenstrasse 55                      | Madeleine Maurer          | Leicht      | Donnerstag<br>18.15 – 19.00 Uhr | Halbjahresabo: 135.00 (15x) | 10er Karte: 95.00  | + |
| Männedorf        | Hallenbad<br>Haldenstrasse 55                      | Madeleine Maurer          | Leicht      | Donnerstag<br>17.30 – 18.15 Uhr | Halbjahresabo: 135.00 (15x) | 10er Karte: 95.00  | + |
| Meilen           | Hallenbad<br>Toggwilerstrasse 38                   | Diana Colombo             | Leicht      | Montag<br>12.15 – 13.00 Uhr     | Halbjahresabo: 135.00 (15x) | 10er Karte: 95.00  | + |
| Meilen           | Hallenbad Meilen<br>Toggwilerstrasse 38            | Diana Colombo             | Leicht      | Montag<br>13.00 – 13.45 Uhr     | Halbjahresabo: 135.00 (15x) | 10er Karte: 95.00  | + |
| Seuzach          | Schulhaus Birch<br>Bachwiesenstrasse 2             | Marianne Baumann          | Leicht      | Montag<br>16.15 – 17.15 Uhr     | Halbjahresabo: 297.00 (22x) | 10er Karte: 140.00 | + |
| Wald             | Hallenbad<br>Friedhofstrasse 23                    | Willy Schuler             | Leicht      | Samstag<br>9.30 – 10.30 Uhr     | Halbjahresabo: 152.00 (16x) | 10er Karte: 100.00 | + |
| Wald             | Hallenbad<br>Friedhofstrasse 23                    | Willy Schuler             | Leicht      | Freitag<br>14.45 – 15.45 Uhr    | Halbjahresabo: 152.00 (16x) | 10er Karte: 100.00 | + |
| Weisslingen      | Schulschwimmbad<br>Dettenriedstrasse 18            | Lucie Metzger             | Leicht      | Montag<br>7.55 – 8.40 Uhr       | Halbjahresabo: 144.00 (16x) | 10er Karte: 95.00  | + |
| Winterthur       | Hallenbad Brühlgut<br>Brühlbergstrasse 6           | Katja Alleyne-Marty       | Leicht      | Freitag<br>9.15 – 10.00 Uhr     | Halbjahresabo: 221.00 (17x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Winterthur       | Schulschwimmbaden Veltheim<br>Wülfingerstrasse 42  | Marianne Baumann          | Leicht      | Mittwoch<br>13.30 – 14.25 Uhr   | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Winterthur       | Schulschwimmbaden Veltheim<br>Wülfingerstrasse 42  | Marianne Baumann          | Leicht      | Mittwoch<br>14.30 – 15.25 Uhr   | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Winterthur       | Schulschwimmbaden Veltheim<br>Wülfingerstrasse 42  | Marianne Baumann          | Leicht      | Mittwoch<br>15.30 – 16.25 Uhr   | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Mirjam Holinger           | Leicht      | Donnerstag<br>11.20 – 11.55 Uhr | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Mirjam Holinger           | Leicht      | Donnerstag<br>10.30 – 11.05 Uhr | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Nicole Feldmann           | Leicht      | Donnerstag<br>10.00 – 10.30 Uhr | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Nicole Feldmann           | Leicht      | Donnerstag<br>9.30 – 10.00 Uhr  | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Nicole Feldmann           | Leicht      | Donnerstag<br>9.00 – 9.30 Uhr   | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Nicole Feldmann           | Leicht      | Donnerstag<br>8.30 – 9.00 Uhr   | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Nicole Feldmann           | Leicht      | Donnerstag<br>8.00 – 8.30 Uhr   | Halbjahresabo: 234.00 (18x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Rosi Jehli                | Leicht      | Freitag<br>10.00 – 10.30 Uhr    | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Rosi Jehli                | Leicht      | Freitag<br>9.30 – 10.00 Uhr     | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Rosi Jehli                | Leicht      | Freitag<br>9.00 – 9.30 Uhr      | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 10 | Wärmebad Käferberg<br>Emil-Klöti-Strasse 17        | Rosi Jehli                | Leicht      | Freitag<br>8.30 – 9.00 Uhr      | Halbjahresabo: 195.00 (15x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 3  | Schulschwimmanlage Aemtler<br>Aemtlerstrasse 101   | Anita Hunziker            | Leicht      | Mittwoch<br>17 – 18 Uhr         | Halbjahresabo: 187.50 (15x) | 10er Karte: 130.00 | + |
| Zürich, Kreis 3  | Schulschwimmanlage am Uetliberg<br>Borrweg 81 – 83 | Barbara Krucher-Kradolfer | Leicht      | Mittwoch<br>17.00 – 17.30 Uhr   | Halbjahresabo: 128.00 (16x) | 10er Karte: 85.00  | + |



**Aqua Zumba**

| Ort             | Treffpunkt                                      | Leitung             | Anforderung | Wann                          | Preis/Abo in CHF            |                    | + |
|-----------------|---|---------------------|-------------|-------------------------------|-----------------------------|--------------------|---|
| Uster           | Hallenbad Uster<br>Hallenbadweg 3               | Ana Alvarez Requejo | Sportlich   | Dienstag<br>15.00 – 15.45 Uhr | Halbjahresabo: 160.00 (16x) | 10er Karte: 105.00 | + |
| Uster           | Hallenbad Uster<br>Hallenbadweg 3               | Ana Alvarez Requejo | Sportlich   | Dienstag<br>14.00 – 14.45 Uhr | Halbjahresabo: 160.00 (16x) | 10er Karte: 105.00 | + |
| Zürich, Kreis 6 | Schulschwimmanlage Riedtli<br>Riedtlistrasse 41 | Ana Alvarez Requejo | Sportlich   | Mittwoch<br>16.30 – 17.15 Uhr | Halbjahresabo: 208.00 (16x) | 10er Karte: 135.00 | + |
| Zürich, Kreis 6 | Schulschwimmanlage Riedtli<br>Riedtlistrasse 41 | Ana Alvarez Requejo | Sportlich   | Mittwoch<br>15.30 – 16.15 Uhr | Halbjahresabo: 208.00 (16x) | 10er Karte: 135.00 | + |

**Internationale Tänze**

| Ort        | Treffpunkt  | Leitung           | Anforderung | Wann                                       | Preis/Abo in CHF            |                    | + |
|------------|---|-------------------|-------------|--|-----------------------------|--------------------|---|
| Bauma      | Pfarreisaal<br>Heinrich Gujerstrasse 30                               | Käthi Ackermann   | Leicht      | Dienstag<br>9.15 – 10.45 Uhr               | Halbjahresabo: 176.00 (16x) | 10er Karte: 115.00 | + |
| Dietikon   | Mehrweckhalle Schulhaus Steinmürli<br>Römerstrasse 15                 | Silvia Rugginenti | Leicht      | Mittwoch<br>14.00 – 15.30 Uhr              | Halbjahresabo: 176.00 (16x) | 10er Karte: 115.00 | + |
| Dübendorf  | Obere Mühle, Saal<br>Oberdorfstrasse 15                               | Edith Stieger     | Leicht      | Mittwoch<br>(jede 2. Woche)<br>14 – 16 Uhr | Halbjahresabo: 92.00 (8x)   | 10er Karte: 120.00 | + |
| Winterthur | KiBeZ (Kirchliches Begegnungszentrum)<br>St. Marien, Römerstrasse 103 | Daniela Regnani   | Leicht      | Donnerstag<br>16 – 17 Uhr                  | Halbjahresabo: 153.00 (18x) | 10er Karte: 90.00  | + |

**Walking / Nordic Walking**

| Ort                | Treffpunkt   | Leitung              | Anforderung | Wann                           | Preis/Abo in CHF            |                   | + |
|--------------------|--|----------------------|-------------|--------------------------------|-----------------------------|-------------------|---|
| Adliswil           | Bushaltestelle Rütistrasse/Wacht<br>Rütistrasse      | Jetty Meier          | Leicht      | Mittwoch<br>9.15 – 10.30 Uhr   | Halbjahresabo: 133.00 (19x) | 10er Karte: 75.00 | + |
| Gossau             | Parkplatz Oberstufenschulhaus Berg<br>Bergstrasse 49 | Erika Hug-Häberli    | Leicht      | Dienstag<br>8.30 – 10.00 Uhr   | Halbjahresabo: 156.00 (24x) | 10er Karte: 70.00 | + |
| Hombrechtikon      | Parkplatz Schützenhaus<br>Langacher 6                | Monika Zwicky        | Leicht      | Montag<br>9.00 – 10.30 Uhr     | Halbjahresabo: 135.00 (18x) | 10er Karte: 80.00 | + |
| Männedorf          | Parkplatz Sportplatz Widenbad<br>Sportplatzweg       | Jetty Meier          | Leicht      | Donnerstag<br>9.15 – 10.30 Uhr | Halbjahresabo: 133.00 (19x) | 10er Karte: 75.00 | + |
| Neerach            | Pavillon Altes Dorfschulhaus<br>Oberholzstrasse 8    | Corinne Obrist       | Leicht      | Freitag<br>9.00 – 10.30 Uhr    | Halbjahresabo: 127.50 (17x) | 10er Karte: 80.00 | + |
| Ossingen           | Bahnhof<br>Zur Station 1                             | Monika Düнки         | Leicht      | Montag<br>9.00 – 10.30 Uhr     | Halbjahresabo: 104.00 (16x) | 10er Karte: 70.00 | + |
| Rüti               | Fussballplatz<br>Scheibenstrasse 7                   | Cornelia Blum        | Leicht      | Donnerstag<br>9.00 – 10.15 Uhr | Halbjahresabo: 102.00 (17x) | 10er Karte: 65.00 | + |
| Schwerzenbach      | Tennisplatz<br>Hermikonstrasse 1                     | Erika Schaffert-Moos | Leicht      | Dienstag<br>9.00 – 10.30 Uhr   | Halbjahresabo: 117.00 (18x) | 10er Karte: 70.00 | + |
| Winterthur-Dättlau | Parkplatz<br>Dättlauerstrasse 80                     | Heidi Villiger       | Leicht      | Donnerstag<br>9.00 – 10.30 Uhr | Halbjahresabo: 130.00 (20x) | 10er Karte: 70.00 | + |



## Velofahren

| Ort                | Leitung / Anmeldung   | Rhythmus / Wochentag  | + |
|--------------------|---|---|---|
| Bubikon/Hinwil     | Urs Kocher<br>055 243 20 47 079 283 17 42, urskocher@bluewin.ch           | wöchentlich, April–Oktober, wöchentlich, April–Oktober<br>Mittwoch  | + |
| Bülach             | Xaver Köppel<br>044 860 69 14, x.h.r.koeppel@bluewin.ch                   | wöchentlich, April–Oktober, wöchentlich, April–Oktober<br>Dienstag, Halbtages- oder Tagestour                         |   |
| Dübendorf          | Herbert Gätzi<br>044 820 11 64, 079 846 44 98, h_gaetzi@bluewin.ch        | 2-wöchentlich, März–Oktober, 2-wöchentlich, März–Oktober<br>Freitag, Halbtages- oder Tagestour                        |   |
| Furttal/Regensdorf | Martin Meier<br>044 844 58 15, 076 412 58 15, meiering@bluewin.ch         | wöchentlich, April–September wöchentlich, April–September<br>Dienstag, Halbtages- oder Tagestour oder Fitnessparcours |   |
| Gossau             | Erwin Gisler<br>044 935 23 06, 079 207 85 01, erwin.gisler@bluewin.ch     | 2-wöchentlich, April–Oktober<br>Mittwoch  |   |
| Hombrechtikon      | Elisabeth Elmer<br>055 244 20 21, elelmer@bluewin.ch                      | monatlich, März–Oktober<br>3. Mittwoch im Monat, Halbtages- oder Tagestour  | + |
| Illnau-Effretikon  | Margrit Obrist<br>052 345 28 92, 079 247 58 55, margritobrist@bluewin.ch  | 3–4 x monatlich<br>Dienstag, Halbtages- und Tagestouren   |   |
| Knonau             | Roland Heldner<br>043 377 93 53, 079 200 06 29, roland.heldner@bluewin.ch | 2-wöchentlich<br>Montag, Halbtages- oder Tagestour  |   |
| Limmattal          | Monica Bamert<br>077 468 30 12, monica.bamert@hispeed.ch                  | 2-wöchentlich, April–Oktober<br>Donnerstag, Tagestour   |   |
| Mettmenstetten     | Werni Meier<br>044 767 12 52, 079 261 15 18, wernimeier@bluewin.ch        | 2-wöchentlich, März–Oktober<br>Donnerstag, Halbtages- oder Tagestour  |   |
| Oberamt            | Franz Georg Keel<br>044 764 03 02, fgkenergie@bluewin.ch                  | monatlich, April–Oktober<br>Mittwoch Tagestour, Donnerstag Verschiebedatum  |   |
| Oetwil am See      | Leo Büsser<br>044 929 15 66, buesserholzbau@bluewin.ch                    | monatlich, April–September<br>1. Dienstag im Monat  | + |
| Uster / Pfäffikon  | Hanspeter Gisler<br>044 941 39 19, 079 128 51 61, gisler-hp@bluewin.ch    | wöchentlich, April–Oktober<br>Mittwoch od. Donnerstag, Halbtages- oder Tagestour                                      |   |
| Wald / Rüti        | Fritz Gafner<br>055 246 36 10 079 257 20 12, fri-gaf@bluewin.ch           | wöchentlich, April–Oktober<br>Donnerstag, Halbtages- oder Tagestour   |   |
| Winterthur         | Anton Spycher<br>052 338 06 38, 076 575 06 38, anton.spycher@bluewin.ch   | wöchentlich, April–Oktober<br>Dienstag, Tages-, Halbtages- oder Trainingstour   |   |
| Zimmerberg         | Werner Waefler<br>044 784 51 89 079 437 70 87, wernerwaefler@gmail.com    | wöchentlich, April–Oktober<br>Dienstag und Donnerstag, Genuss- und Tagestour  |   |
| Züri6              | Werner A. Meier<br>044 251 72 19, 079 441 58 04, werner.a.meier@uzh.ch    | 3 – 5 Touren gemäss Ausschreibung, Mai–Juni<br>Mittwoch   |   |
| Zürich Nord        | Gerold Stark<br>044 362 22 69, gestark@bluewin.ch                         | 10 Touren, April–September<br>Mittwoch Tagestouren  | + |
| Zürich-Thementour  | Peter Nell<br>079 335 48 04, isynell@bluewin.ch                           | wöchentlich, März–Oktober<br>Halbtages- oder Tagestour  |   |



**Mountainbike**

| Ort                     | Leitung / Anmeldung   | Rhythmus / Wochentag   | + |
|-------------------------|---|--|---|
| Bülach                  | Jakob Gehring<br>044 860 97 41, jakgehring@hispeed.ch                     | 2-wöchentlich<br>Montag  |   |
| Gossau                  | Hans-Ueli Kessler<br>044 935 39 86, hukessler@bluewin.ch                  | monatlich, April-Oktober<br>Mittwoch, Halbtages- und Tagestouren |   |
| Illnau-Effretikon       | Margrit Obrist<br>052 345 28 92, 079 247 58 55, margritobrist@bluewin.ch  | monatlich<br>Dienstag, Halbtages- und Tagestouren                |   |
| Knonau                  | Roland Heldner<br>043 377 93 53, 079 200 06 29, roland.heldner@bluewin.ch | monatlich, Mai-Oktober<br>Freitag                                |   |
| Oberland (E-MTB-Gruppe) | Reto Nüesch<br>079 520 84 75, e-mtb_zo@ggaweb.ch                          | monatlich, April-September<br>Dienstag / Donnerstag              |   |
| Wald / Rüti             | Fritz Gafner<br>055 246 36 10 079 257 20 12, fri-gaf@bluewin.ch           | 5 Touren/Saison<br>Donnerstag, Halbtages- oder Tagestour         |   |
| Zimmerberg              | Werner Waefer<br>044 784 51 89 079 437 70 87, wernerwaefer@gmail.com      | April-Oktober<br>Mountainbike-Ausfahrten auf Ansage              |   |
| Zürich                  | Werner A. Meier<br>044 251 72 19, 079 441 58 04, werner.a.meier@uzh.ch    | 3-4 Touren gemäss Ausschreibung, März-April<br>Mittwoch          |   |

**Wandern**

| Ort                           | Leitung / Anmeldung  | Rhythmus / Wochentag                               | + |
|-------------------------------|--|--|---|
| Boppelsen                     | Siehe Wandergruppe Otelfingen - Boppelsen                        | Siehe Wandergruppe Otelfingen-Boppelsen            | + |
| Dänikon/Hüttikon              | Ernst Fiechter<br>044 844 13 80, ernst.f@bluewin.ch              | monatlich<br>3. Mittwoch im Monat                  | + |
| Dielsdorf                     | Daniel Lehmann<br>044 869 03 79, daleh427@gmail.com              | monatlich<br>Donnerstag                            | + |
| Dielsdorf-Spazierwandergruppe | Walter Trottmann<br>044 853 08 24, walter.trottmann@bluewin.ch   | monatlich<br>Donnerstag                            | + |
| Dürnten                       | Christine Schüder<br>055 240 61 18, schueder.ritz@bluewin.ch     | monatlich<br>Montag                                | + |
| Egg                           | Verena Osterwalder<br>044 984 43 06, osterwalderverena@gmail.com | 2-wöchentlich<br>Montag / Donnerstag               | + |
| Eglisau                       | Walter Schibli<br>044 867 06 63, waschi118@bluewin.ch            | monatlich<br>Montag                                | + |
| Fischenthal                   | Heini Heller<br>052 386 27 48, heini.heller@bluewin.ch           | monatlich<br>3. Donnerstag im Monat                | + |
| Gossau                        | Marianne Anderegge<br>044 935 30 74, anderegge9@hispeed.ch       | monatlich<br>Donnerstag                            | + |
| Hausen am Albis 1             | Theo Wiget<br>044 764 04 15, themawiget@bluewin.ch               | monatlich / April-Oktober<br>1. Mittwoch im Monat  | + |
| Hausen am Albis 2             | Lorenz Curt<br>044 764 07 22, lorenz.curt@bluewin.ch             | monatlich<br>3. Mittwoch im Monat                  |   |
| Hausen am Albis 3             | Vreni Zürcher<br>044 764 07 62, vreni.zuercher@datazug.ch        | monatlich<br>Montag                                |   |
| Hinwil - gemütlich            | Ruth Hauser<br>044 937 23 07, ruth.hauser@gmx.ch                 | monatlich<br>nach Programm                         | + |
| Hinwil - sportlich            | Albert Aichert<br>055 240 61 10, aichert@bluewin.ch              | monatlich<br>nach Programm                         | + |
| Horgen                        | Margrit Mändli<br>044 725 19 23, margritmaendli@bluewin.ch       | monatlich<br>Mittwoch                              | + |
| Hüttikon                      | Siehe Wandergruppe Dänikon/Hüttikon                              | Siehe Wandergruppe Dänikon/Hüttikon                | + |
| Kloten                        | Marianne Herrmann<br>044 813 40 37, maps.wandern@gmx.ch          | monatlich<br>4. Dienstag im Monat                  | + |
| Marthalen                     | Esther Mischler<br>052 319 31 75, e.mischler@hotmail.com         | monatlich<br>1. Montag im Monat                    | + |
| Maur                          | Hanspeter Suter<br>044 980 25 01, hsuter2@gmail.com              | wöchentlich / 2-wöchentlich<br>Dienstag/Donnerstag | + |



## Wandern

| Ort  | Leitung / Anmeldung   | Rhythmus / Wochentag                                     | + |
|--|---|--|---|
| Meilen   | Peter Schmid<br>079 236 22 89, pemaschmid@bluewin.ch                | monatlich<br>1. Dienstag im Monat                        |   |
| Mettmenstetten                                   | Alice Huber<br>044 767 08 37, huber-tschumper@bluewin.ch            | monatlich<br>2. Dienstag im Monat                        |   |
| Niederhasli                                      | Margret Hörschläger<br>044 850 45 43, roma.hoerschlaeger@bluewin.ch | monatlich<br>2. Dienstag im Monat                        | + |
| Oetwil am See gemütlich-sportlich<br>(3 Gruppen) | Werner Rennhard<br>043 844 91 02, werennhard@sunrise.ch             | monatlich<br>2.3. oder 4. Donnerstag im Monat            | + |
| Orientierungswandern                             | Peter Riek<br>044 860 57 89, peter.riek@hispeed.ch                  | monatlich, April-Oktober<br>Montag                       |   |
| Otelfingen-Boppelsen                             | Helen Wick<br>044 844 42 07, wandergruppe.otelfingen@bluewin.ch     | monatlich, Februar-November<br>4. Mittwoch im Monat      | + |
| Russikon   | Margreth Baer<br>044 954 07 05, juema.baer@bluewin.ch               | 2-wöchentlich<br>Dienstag/Mittwoch                       | + |
| Rüti 1a  | Peter Pandiani<br>055 240 83 01, peter.pandiani@hispeed.ch          | monatlich<br>Dienstag                                    |   |
| Rüti 1b  | Marianne Hobi<br>079 348 70 11, marianne.hobi@gmx.net               | monatlich<br>Dienstag                                    | + |
| Schlieren  | Irma Reimann<br>044 730 67 93, irmareimann@bluewin.ch               | 2-wöchentlich<br>1. + 3. Donnerstag im Monat             | + |
| Schwerzenbach                                    | Walter Koller<br>044 822 24 50, walter.a.koller@gmail.com           | monatlich<br>1. Donnerstag im Monat                      |   |
| Sonntagswandern                                  | Reto Hähnlein<br>079 909 91 26, r_haehnlein@bluewin.ch              | monatlich<br>Samstag/Sonntag                             |   |
| Stäfa  | Gabi Zimmermann<br>044 926 20 93, gabi.zimmermann@bluewin.ch        | monatlich<br>Mittwoch                                    | + |
| Urdorf   | Karl Thoma<br>044 734 42 66, karl.thoma@hispeed.ch                  | 2-wöchentlich<br>Freitag                                 | + |
| Uster  | Marcel Berthoud<br>044 940 93 25, marcel.berthoud@bluewin.ch        | 2-wöchentlich<br>1. Dienstag oder 1. Donnerstag im Monat | + |
| Weisslingen                                      | Dorli Häberli<br>052 233 45 65, dorli.haerberli@bluewin.ch          | monatlich<br>Dienstag                                    |   |
| Wetzikon   | Werner Jordi<br>044 940 72 05, jordi-werner@bluewin.ch              | 3-wöchentlich<br>Dienstag                                | + |
| Zimmerberg                                       | Walter Krüsi<br>044 784 24 33, w.kruesi@bluewin.ch                  | 2-wöchentlich<br>Dienstag                                | + |
| Zollikerberg                                     | Karl Lang<br>044 391 61 26, kklang@bluewin.ch                       | monatlich<br>1. Dienstag im Monat                        | + |
| Zürich A   | Verena Wild<br>052 242 83 36, v.wild@hispeed.ch                     | monatlich<br>Montag/Donnerstag                           | + |
| Zürich B   | Gertrud Limacher<br>044 491 26 11, limacher.gertrud@bluewin.ch      | 2-wöchentlich<br>Dienstag                                |   |



## Schneeschuhlaufen

| Ort          | Leitung / Anmeldung  | Rhythmus / Wochentag                                 | + |
|--------------|--|--|---|
| Interregio   | Leonhard Lyss<br>044 926 10 78, 077 410 13 35, lyss@goldnet.ch           | gemäss Ausschreibung pszh.ch/sport/schneeschuhlaufen |   |
| Pfannenstiel | Georges Knecht<br>044 980 27 50, 079 638 69 53, georgesknecht@bluewin.ch | gemäss Ausschreibung pszh.ch/sport/schneeschuhlaufen |   |
| Zimmerberg   | Werner Wäfler<br>044 784 51 89, 079 437 70 87, sg.zimmerberg@gmail.com   | gemäss Ausschreibung pszh.ch/sport/schneeschuhlaufen |   |

## Langlauf

| Ort              | Leitung / Anmeldung                                       | Rhythmus / Wochentag                        | + |
|------------------|---|---|---|
| Interregio       | Roland Küpfer<br>079 935 44 29, roland.kuepfer@go-flow.ch | gemäss Ausschreibung pszh.ch/sport/langlauf |   |
| Züri 6 sportlich | Werner A. Meier<br>044 251 72 19, werner.a.meier@uzh.ch   | gemäss Ausschreibung pszh.ch/sport/langlauf |   |

## Everdance

| Ort                | Treffpunkt   | Leitung                     | Wann                          | von / bis            | Hinweise / Preis  | + |
|--------------------|--|-----------------------------|-------------------------------|----------------------|---|---|
| Adliswil           | Stiftung für Altersbauten (SABA)<br>Badstrasse 6                     | Susana Barranco             | Freitag<br>13.00-13.50 Uhr    | 21.08.20<br>18.12.20 | (ohne 9.10., 16.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Adliswil           | Stiftung für Altersbauten (SABA)<br>Badstrasse 6                     | Susana Barranco             | Freitag<br>14.15-15.05 Uhr    | 21.08.20<br>18.12.20 | (ohne 9.10., 16.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Affoltern am Albis | Kath. Pfarrei Affoltern a.A.<br>Seewadelstrasse 13                   | Martina Foster-Achermann    | Montag<br>11.00-11.50 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 28.9., 5.10., 12.10.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00              | + |
| Affoltern am Albis | Kath. Pfarrei Affoltern a.A.<br>Seewadelstrasse 13                   | Martina Foster-Achermann    | Montag<br>10.00-10.50 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 28.9., 5.10., 12.10.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00              | + |
| Birmensdorf ZH     | Gemeindezentrum Brüelmatt<br>Dorfstrasse 10                          | Monika Descombes            | Dienstag<br>13.25-14.15 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 6.10., 13.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Bonstetten         | Turnhalle S1<br>Schachenstrasse/Schachenrain                         | Claudia Kindschi Meuli      | Dienstag<br>14.00-14.50 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 8.9., 6.10., 13.10.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00               | + |
| Bülach             | Reformiertes Kirchgemeindehaus<br>Grampenweg 5                       | Silvia Zengaffinen          | Dienstag<br>11.10-12.00 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 8.9., 15.9., 29.9., 6.10., 13.10.) 13 × 50 Min.<br>CHF 195.00 | + |
| Dietikon           | ref. Kirchgemeinde Dietikon<br>Bremgartnerstrasse 47                 | Monika Descombes            | Mittwoch<br>15.15-16.05 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10., 11.11.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00             | + |
| Dübendorf          | Ev.-ref. Kirchgemeinde<br>Bahnhofstrasse 37                          | Thera Hildebrand-Feierabend | Montag<br>14.00-14.50 Uhr     | 07.09.20<br>07.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 12 × 50 Min.<br>CHF 180.00                     | + |
| Egg b. Zürich      | Luus Muus<br>Rietwiespark  | Monica Rüegg Castrovinci    | Donnerstag<br>14.00-14.50 Uhr | 03.09.20<br>03.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 12 × 50 Min.<br>CHF 180.00                     | + |
| Henggart           | Gemeindesaal<br>Alte Dorfemerstrasse 4                               | Annina Metafuni-Stolz       | Montag<br>9.00-9.50 Uhr       | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 28.9., 5.10., 12.10.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00              | + |
| Hinwil             | Hiwi-Märt<br>Gossauerstrasse 14                                      | Susana Barranco             | Montag<br>14.00-14.50 Uhr     | 21.09.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 15.10.) 11 × 50 Min.<br>CHF 165.00                     | + |
| Horgen             | Begegnungszentrum Baumgärtlihof<br>Baumgärtlistrasse 12              | Susana Barranco             | Dienstag<br>10.00-10.50 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 6.10., 13.10., 8.12.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00              | + |
| Kloten             | Stadthauspassage<br>Schaffhauserstrasse 126                          | Werner Niederhäuser         | Mittwoch<br>17.00-17.50 Uhr   | 19.08.20<br>28.10.20 | (ohne 9.9., 16.9., 23.9.) 8 × 50 Min.<br>CHF 120.00                 | + |
| Kloten             | Stadthauspassage<br>Schaffhauserstrasse 126                          | Werner Niederhäuser         | Mittwoch<br>18.10-19.00 Uhr   | 19.08.20<br>28.10.20 | (ohne 9.9., 16.9., 23.9.) 8 × 50 Min.<br>CHF 120.00                 | + |
| Meilen             | Kirchenzentrum Leue<br>Kirchgasse 2                                  | Verena Pickart Demont       | Mittwoch<br>10.00-10.50 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Meilen             | Kirchenzentrum Leue<br>Kirchgasse 2                                  | Verena Pickart Demont       | Mittwoch<br>11.00-11.50 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Niederhasli        | Ev. ref. Kirchgemeinde Niederhasli-Niederglatt<br>Nöschikonstrasse 3 | Priska Trivellin            | Dienstag<br>14.00-14.50 Uhr   | 01.09.20<br>15.12.20 | (ohne 6.10., 13.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00                     | + |
| Regensdorf         | Ref. Kirchgemeindehaus<br>Watterstrasse 18                           | Monika Stirnimann           | Dienstag<br>9.30-10.20 Uhr    | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 6.10., 13.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |



## Everdance

| Ort            | Treffpunkt  | Leitung                               | Wann                          | von / bis            | Hinweise / Preis  | + |
|----------------|---|---------------------------------------|-------------------------------|----------------------|---|---|
| Richterswil    | Freizeitzentrum Bürgi<br>Gerbestrasse 19                      | Susana Barranco                       | Freitag<br>10.10–11.00 Uhr    | 21.08.20<br>18.12.20 | (ohne 9.10., 16.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Richterswil    | Freizeitzentrum Bürgi<br>Gerbestrasse 19                      | Susana Barranco                       | Freitag<br>8.50–9.40 Uhr      | 21.08.20<br>18.12.20 | (ohne 9.10., 16.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Rüti ZH        | Tanz-Center-Rüti<br>Werkstrasse 2d                            | Susana Barranco                       | Montag<br>15.55–16.45 Uhr     | 21.09.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 11 × 50 Min.<br>CHF 165.00                     | + |
| Stäfa          | Mehrzweckhalle Beewies<br>Etzelstrasse 35                     | Verena Pickart Demont                 | Mittwoch<br>16.30–17.20 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Thalwil        | Pfisterschür<br>Alte Landstrasse 104                          | Susana Barranco                       | Donnerstag<br>15.10–16.00 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Thalwil        | Pfisterschür<br>Alte Landstrasse 104                          | Susana Barranco                       | Donnerstag<br>13.50–14.40 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Uetikon am See | KiBa FiTa Tanz- und Pilatesschule<br>Seestrasse 117           | Verena Pickart Demont                 | Donnerstag<br>10.00–10.50 Uhr | 17.09.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 12 × 50 Min.<br>CHF 180.00                     | + |
| Uetikon am See | Haus Wäckerling<br>Tramstrasse 55                             | Monica Rüegg Castrovinci              | Dienstag<br>15.00–15.50 Uhr   | 01.09.20<br>01.12.20 | (ohne 8.9., 6.10., 13.10.) 11 × 50 Min.<br>CHF 165.00               | + |
| Urdorf         | Schulhaus Feld 1<br>Bahnhofstrasse 52                         | Monika Descombes                      | Montag<br>11.00–11.50 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Urdorf         | Schulhaus Feld 1<br>Bahnhofstrasse 52                         | Monika Descombes                      | Dienstag<br>10.00–10.50 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 6.10., 13.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Wädenswil      | Ref. Kirchgemeindehaus Rosenmatt<br>Gessnerweg 5              | Susana Barranco                       | Montag<br>8.50–9.40 Uhr       | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Wädenswil      | Ref. Kirchgemeindehaus Rosenmatt<br>Gessnerweg 5              | Susana Barranco                       | Mittwoch<br>9.00–9.50 Uhr     | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Winterberg ZH  | Mehrzweckraum Altes Schulhaus Winterberg<br>Eschikerstrasse 9 | Ursula Müller                         | Montag<br>14.50–15.40 Uhr     | 07.09.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 13 × 50 Min.<br>CHF 195.00                     | + |
| Winterthur     | Alte Kaserne Kulturzentrum<br>Technikumstrasse 8              | Silvia Zengaffinen                    | Dienstag<br>16.00–16.50 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 8.9., 15.9., 29.9., 6.10., 13.10.) 13 × 50 Min.<br>CHF 195.00 | + |
| Winterthur     | Alte Kaserne Kulturzentrum<br>Technikumstrasse 8              | Silvia Zengaffinen                    | Dienstag<br>14.00–14.50 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 8.9., 15.9., 29.9., 6.10., 13.10.) 13 × 50 Min.<br>CHF 195.00 | + |
| Winterthur     | Alte Kaserne Kulturzentrum<br>Technikumstrasse 8              | Silvia Zengaffinen                    | Dienstag<br>15.00–15.50 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 8.9., 15.9., 29.9., 6.10., 13.10.) 13 × 50 Min.<br>CHF 195.00 | + |
| Winterthur     | Ref. Kirchgemeindehaus Töss<br>Stationsstrasse 3a             | Claudia Kindschi Meuli                | Freitag<br>10.45–11.35 Uhr    | 21.08.20<br>18.12.20 | (ohne 4.9., 11.9., 9.10., 16.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00        | + |
| Winterthur     | Gate 27<br>Theaterstrasse 27                                  | Claudia Kindschi Meuli                | Freitag<br>9.10–10.00 Uhr     | 21.08.20<br>18.12.20 | (ohne 4.9., 11.9., 9.10., 16.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00        | + |
| Zürich         | ref. KGH ZH-Höngg, Bullingerzimmer<br>Ackersteinstrasse 190   | Claudia Kindschi Meuli                | Dienstag<br>8.50–9.40 Uhr     | 18.08.20<br>22.12.20 | (ohne 8.9., 6.10., 13.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00               | + |
| Zürich         | Gemeinschaftszentrum Hottingen<br>Gemeindestrasse 54          | Helen Rüegg                           | Montag<br>15.00–15.50 Uhr     | 24.08.20<br>14.12.20 | (ohne 14.9., 5.10., 12.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00              | + |
| Zürich         | Gemeinschaftszentrum Hottingen<br>Gemeindestrasse 54          | Helen Rüegg                           | Montag<br>16.00–16.50 Uhr     | 24.08.20<br>14.12.20 | (ohne 14.9., 5.10., 12.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00              | + |
| Zürich         | Gemeinschaftszentrum Hottingen<br>Gemeindestrasse 54          | Helen Rüegg                           | Montag<br>14.00–14.50 Uhr     | 24.08.20<br>14.12.20 | (ohne 14.9., 5.10., 12.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00              | + |
| Zürich         | Röm.-kath.-Kirchgemeinde St. Franziskus<br>Kilchbergstrasse 1 | Anna Bozzolin,<br>Brigitte Mühlestein | Mittwoch<br>9.45–10.35 Uhr    | 26.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 15 × 50 Min.<br>CHF 225.00                     | + |
| Zürich         | Tanzschule Dance it<br>Stäblistrasse 2                        | Monika Stirnimann                     | Mittwoch<br>17.00–17.50 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Zürich         | Tanzschule Dance it<br>Stäblistrasse 2                        | Monika Stirnimann                     | Mittwoch<br>15.50–16.40 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Zürich         | Tanzschule Dance it<br>Stäblistrasse 2                        | Monika Stirnimann                     | Mittwoch<br>10.00–10.50 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 240.00                     | + |
| Zürich         | GZ Leimbach<br>Leimbachstrasse 200                            | Anna Bozzolini                        | Montag<br>10.30–11.20 Uhr     | 24.08.20<br>07.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00                     | + |
| Zürich         | Tanzschule ritmo<br>Hohlstrasse 486                           | Monika Bühlmann                       | Montag<br>15.00–15.50 Uhr     | 31.08.20<br>14.12.20 | (16 × 50 Min.)<br>CHF 240.00  | + |
| Zürich         | GZ Oerlikon<br>Gubelstrasse 10                                | Priska Trivellin                      | Montag<br>16.30–17.20 Uhr     | 31.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 14 × 50 Min.<br>CHF 210.00                     | + |



**Everdance**

| Ort    | Treffpunkt                                    | Leitung                                | Wann                        | von / bis            | Hinweise / Preis                                       | + |
|--------|---|--|-----------------------------|----------------------|--|---|
| Zürich | GZ Heuried<br>Döltsweg 130                    | Anna Bozzolini,<br>Brigitte Mühlestein | Mittwoch<br>13.30-14.20 Uhr | 26.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 15 x 50 Min.<br>CHF 225.00        | + |
| Zürich | Turnhalle Käferberg<br>Emil Klöti-Strasse 17  | Claudia Kindschi Meuli                 | Donnerstag<br>9.00-9.50 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 10.9., 8.10., 15.10.) 15 x 50 Min.<br>CHF 225.00 | + |
| Zürich | Tanzschule ritmo<br>Hohlstrasse 486           | Monika Bühlmann                        | Montag<br>16.05-16.55 Uhr   | 31.08.20<br>14.12.20 | (16 x 50 Min.)<br>CHF 240.00                           | + |
| Zürich | Tanzschule Galactic Dance<br>Albulastrasse 47 | Malaika Santi                          | Montag<br>13.30-14.20 Uhr   | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 x 50 Min.<br>CHF 240.00        | + |

**Line Dance**

| Ort    | Treffpunkt                     | Leitung            | Anforderung                    | Zeit                          | von / bis            | Hinweise / Kosten                               | + |
|--------|--------------------------------|--------------------|--------------------------------|-------------------------------|----------------------|---|---|
| Zürich | time2dance<br>Räffelstrasse 25 | Evelyn Zollinger   | Fortgeschrittene               | Donnerstag<br>10.00-11.00 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 x 60 Min.<br>CHF 256.00 | + |
| Zürich | GZ Oerlikon<br>Gubelstrasse 10 | Theresa Martinelli | Tanzerfahrung von ca. 3 Jahren | Mittwoch<br>10.30-11.30 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 x 60 Min.<br>CHF 256.00 | + |
| Zürich | GZ Oerlikon<br>Gubelstrasse 10 | Theresa Martinelli | Tanzerfahrung von ca. 3 Jahren | Mittwoch<br>9.15-10.15 Uhr    | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 x 60 Min.<br>CHF 256.00 | + |

**Orientalischer Tanz**

| Ort                   | Treffpunkt  | Leitung                     | Anforderung                                   | Zeit                      | von / bis            | Hinweise / Kosten            | + |
|-----------------------|---|-----------------------------|---|---------------------------|----------------------|------------------------------|---|
| Affoltern am<br>Albis | MOIRA Tanztheater & TANZraum<br>Alte Obfelderstrasse 68 | Marianne Zimmerli<br>Abrach | Voraussetzung: Freude am Tanzen in der Gruppe | Montag<br>10.15-11.30 Uhr | 21.09.20<br>14.12.20 | (13 x 75 Min.)<br>CHF 247.00 | + |





**Augentraining**

| Ort    | Treffpunkt                                   | Leitung        | Wann                        | von / bis            | Hinweise / Preis                                | + |
|--------|--|----------------|-----------------------------|----------------------|---|---|
| Zürich | Quartiertreff Hirslanden<br>Forchstrasse 248 | Rosmarie Rüegg | Mittwoch<br>10.00–11.15 Uhr | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 75 Min.<br>CHF 240.00 | + |

**Feldenkrais**

| Ort    | Treffpunkt                              | Leitung              | Wann                     | von / bis            | Hinweise / Preis                                       | + |
|--------|---|----------------------|--------------------------|----------------------|--|---|
| Zürich | Feldenkrais Studio<br>Hallwylstrasse 26 | Sabine Stadler Okuno | Montag<br>9.00–10.00 Uhr | 17.08.20<br>07.12.20 | (ohne 28.9., 5.10., 12.10.) 14 × 60 Min.<br>CHF 238.00 | + |

**Minitrampolin**

| Ort      | Treffpunkt                       | Leitung        | Wann                    | von / bis            | Hinweise / Preis                                | + |
|----------|----------------------------------|----------------|-------------------------|----------------------|---|---|
| Adliswil | CHI-ZENTRUM<br>Badenerstrasse 21 | Jeanette Jaggi | Donnerstag<br>16–17 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 368.00 | + |

**Pilates**

| Ort     | Treffpunkt                            | Leitung       | Wann                          | von / bis            | Hinweise / Preis                                | + |
|---------|---------------------------------------|---------------|-------------------------------|----------------------|---|---|
| Thalwil | Pfisterschüür<br>Alte Landstrasse 104 | Erika Steiger | Montag<br>14.30–15.30 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 272.00 | + |
| Thalwil | Pfisterschüür<br>Alte Landstrasse 104 | Erika Steiger | Donnerstag<br>16.30–17.30 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 272.00 | + |

**Tai Chi**

| Ort        | Treffpunkt   | Leitung                   | Wann                          | von / bis            | Hinweise / Preis                                | + |
|------------|--|---------------------------|-------------------------------|----------------------|---|---|
| Uster      | frjz Freizeit- und Jugendzentrum<br>Zürichstrasse 30 | Vivienne Schmid-Greenwood | Donnerstag<br>10.45–11.45 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 304.00 | + |
| Winterthur | Lebenskunst<br>Zeughausstrasse 82                    | Fredy Buttauer            | Mittwoch<br>14–15 Uhr         | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 304.00 | + |
| Zürich     | Simply Theatre<br>Gladbachstrasse 119                | Alfons Lötscher           | Donnerstag<br>14.00–14.50 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 304.00 | + |
| Zürich     | GZ Oerlikon<br>Gubelstrasse 10                       | Alfons Lötscher           | Montag<br>14.30–15.20 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 304.00 | + |



## Qi Gong

| Ort    | Treffpunkt   | Leitung              | Wann                         | von / bis            | Hinweise / Preis                                       | + |
|--------|--|----------------------|------------------------------|----------------------|--|---|
| Horgen | Iengar Yoga Horgen<br>Seestrasse 147                     | Laura Keller-Rosnati | Donnerstag<br>9.30–10.30 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 1.10., 8.10., 19.11.) 15 × 60 Min.<br>CHF 255.00 | + |
| Zürich | Allgemeine Baugenossenschaft Zürich<br>Gertrudstrasse 27 | Claudine Buchmüller  | Montag<br>17.10–18.10 Uhr    | 07.09.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 13 × 60 Min.<br>CHF 247.00        | + |

## Yoga

| Ort        | Treffpunkt                                       | Leitung        | Wann                          | von / bis            | Hinweise / Preis   | + |
|------------|--|----------------|-------------------------------|----------------------|--|---|
| Horgen     | Iyengar Yoga Horgen<br>Seestrasse 147            | Flavia Horat   | Montag<br>16.45–17.45 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 272.00              | + |
| Illnau     | Yoga Plus, Purzelhuus 1.Stock<br>Hörnlistrasse 3 | Marlise Dupuis | Dienstag<br>16.30–17.30 Uhr   | 18.08.20<br>15.12.20 | (ohne 6.10., 13.10.) 16 × 50 Min.<br>CHF 272.00              | + |
| Winterthur | Yoga-In, Haus zum Zitronenbaum<br>Untertor 1     | Bettina Enser  | Donnerstag<br>9.30–10.30 Uhr  | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 3.9., 8.10., 15.10., 3.12.) 14 × 60 Min.<br>CHF 238.00 | + |
| Zürich     | Atelier: Tanz<br>Ausstellungsstrasse 25          | Helen Müller   | Donnerstag<br>10.30–11.30 Uhr | 20.08.20<br>17.12.20 | (ohne 8.10., 15.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 272.00              | + |
| Zürich     | Simply Theatre<br>Gladbachstrasse 119            | Bernhard Riedi | Montag<br>10.30–11.30 Uhr     | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 272.00              | + |
| Zürich     | Simply Theatre<br>Gladbachstrasse 119            | Bernhard Riedi | Mittwoch<br>10.30–11.30 Uhr   | 19.08.20<br>16.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 272.00              | + |

## Sturzprävention

| Ort         | Treffpunkt                              | Leitung          | Wann                        | von / bis            | Hinweise / Preis                                | + |
|-------------|---|------------------|-----------------------------|----------------------|---|---|
| Glattfelden | Kulturzentrum Glattfelden<br>Chileweg 3 | Christine Jäger  | Mittwoch<br>14.00–15.00 Uhr | 23.09.20<br>25.11.20 | (10 × 60 Min.)<br>CHF 150.00                    | + |
| Urdorf      | Rhythmikraum Feld<br>Bahnhofstrasse 52  | Monika Descombes | Mittwoch<br>13.30–14.30 Uhr | 02.09.20<br>02.12.20 | (ohne 7.10., 14.10.) 12 × 60 Min.<br>CHF 180.00 | + |
| Zürich      | Stambha<br>Seefeldstrasse 231           | Jeanne Jaros     | offen                       | 17.08.20<br>14.12.20 | (ohne 5.10., 12.10.) 16 × 60 Min.<br>CHF 272.00 | + |

## Tennis

| Ort          | Treffpunkt                                | Leitung                            | Anforderung                              | Wann  | von / bis            | Hinweise / Preis  | + |
|--------------|---|------------------------------------|--|---|----------------------|---|---|
| Bachenbülach | Tennishalle Ambiance<br>Bramenstrasse 1   | Ursula Schrepfer und<br>Edgar Maag | Einteilung nach<br>vorgängiger Absprache | Montag zwischen 9 – 12 Uhr,<br>gemäss Einteilung  | 21.09.20<br>09.11.20 | (8 × 60 Min.)<br>CHF 210.00 4er Gruppe, CHF 264.00 3er Gruppe | + |
| Dürnten      | Tennishalle Dürnten<br>Bubikonstrasse 43a | Walter Meyer und<br>René von Arx   | Einteilung nach<br>vorgängiger Absprache | Freitag zwischen 8 – 12 Uhr,<br>gemäss Einteilung | 04.09.20<br>04.12.20 | (ohne 9.10., 16.10.) 12 × 60 Min.<br>CHF 264.00               | + |

## Stand up Paddling

| Ort          | Treffpunkt                                | Leitung                       | Anforderung   | Wann                         | von / bis                | Hinweise / Preis                                     | + |
|--------------|---|-------------------------------|---|------------------------------|--------------------------|--|---|
| Kilchberg ZH | 2 Legends by Spinout AG<br>Seestrasse 184 | InstruktorInnen<br>Spinout AG | Schwimmkenntnisse                                       | 10.30 – 12.00 Uhr<br>Kurs 1a | 04.09.2020<br>11.09.2020 | Teil 1: 04.09.2020, Teil 2: 11.09.2020<br>CHF 120.00 | + |
| Kilchberg ZH | 2 Legends by Spinout AG<br>Seestrasse 184 | InstruktorInnen<br>Spinout AG | Schwimmkenntnisse                                       | 10.30 – 12.00 Uhr<br>Kurs 1b | 18.08.2020<br>25.08.2020 | Teil 1: 18.08.2020, Teil 2: 25.08.2020<br>CHF 120.00 | + |
| Kilchberg ZH | 2 Legends by Spinout AG<br>Seestrasse 184 | InstruktorInnen<br>Spinout AG | Besuch Einführungskurs oder<br>praktische SUP-Erfahrung | 13.30 – 16.00 Uhr<br>Kurs 2a | 18.08.2020<br>18.08.2020 | CHF 100.00   | + |
| Kilchberg ZH | 2 Legends by Spinout AG<br>Seestrasse 184 | InstruktorInnen<br>Spinout AG | Besuch Einführungskurs oder<br>praktische SUP-Erfahrung | 13.30 – 16.00 Uhr<br>Kurs 2b | 01.09.2020<br>01.09.2020 | CHF 100.00   | + |