

Zwääg is Alter mit Gym - Fit 60 + Maur Für Frauen und Männer



Wir bieten **ganzheitliche Gymnastik** für Körper, Geist und Seele an. Ob Körpermuskeln, Lachmuskeln, Stabilität, Mobilität, Gleichgewicht, Gedächtnis – wir **REGEN ALLES** an.

Unser Mix aus Atem-, Gelenk- und Konditionsübungen, begleitet von beschwingter Musik, bereitet auch dem grössten Bewegungsmuffel **Abwechslung und Spass**.

Kommen Sie vorbei, schauen Sie mal rein, überzeugen Sie sich von der aufgestellten Atmosphäre in unserer geselligen Runde.

Schnuppern ist jederzeit gratis möglich, ohne Anmeldung und unverbindlich. Für nur Fr. 210.— sind Sie ein ganzes Jahr dabei.

Wann: Dienstag 19 00- 20 00 Uhr (ausser Schulferien)

Wo: Schulhaus Pünt Maur (Turnhalle)

Leiterinnen: Nina Schett Tel. 044 941 31 43

Ruth Affolter Tel. 043 833 92 53

Nähere Auskunft R. Lieberherr Tel. 044 980 15 12

Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Wir sind eine Untersektion des

