



Gedächtnis und Bewegung Cham, Hünenberg

Spielerisch die Konzentrationsfähigkeit fördern
Merkfähigkeit, Konzentration und Orientierung können – wie die Muskeln und das Gleichgewicht –
trainiert und verbessert werden. Auf lustvolle Weise knobeln wir an verschiedenen
Denksportaufgaben und lernen vielfältige, auch anspruchsvolle Übungen für die geistige Fitness
sowie zur Sturzprophylaxe und Beweglichkeit kennen. Das Training bietet Ihnen gleichzeitig Freude
und Geselligkeit. Sie werden sicherer und fördern Ihr Wohlbefinden.

Angebotsnummer: 261-4611-03
Termine: 05.01.2026 - 29.06.2026
23 x Mo 08:30 - 09:30
Ausfalltage: 16.02.2026, 06.04.2026, 25.05.2026
Leitung: Barbara Zemp
Ort: Gemeinwesenzentrum Cham, Hünenbergstrasse 3, 6330 Cham,
Gemeinwesenzentrum Cham
Kosten: CHF 325.00
Anmeldefrist: 29.12.2025

Mehr Informationen unter Telefon 041 511 15 30 oder zg.prosenectute.ch

Pro Senectute Kanton Zug

Aegeristrasse 52 – 6300 Zug – Telefon 041 511 15 30
info@zg.prosenectute.ch – zg.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH26 0078 7007 7105 7260 1

