



FitGym - Steinhausen

«Bewegung, Spiel und Spass» lautet das Motto unserer Gymnastikgruppen. Hier können Sie Ihre Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft bis ins hohe Alter erhalten oder gar verbessern.

Unter der Leitung von ausgebildeten Erwachsenensport-Leiterinnen regen Sie Ihren Kreislauf an, halten die Gelenke beweglich und kräftigen die Muskulatur. Eine Turnstunde dauert jeweils 60 Minuten. Sie sind herzlich willkommen zu einer kostenlosen Schnupperlektion!

Angebotsnummer: 261-5100-16

Termine: 05.01.2026 - 29.06.2026

19 x Mo 09:00 - 10:00

Ausfalltage: 02.02.2026, 09.02.2026, 16.02.2026, 06.04.2026, 13.04.2026, 20.04.2026, 25.05.2026

Leitung: Kathrin Egger, Theres Gister

Ort: Mehrzweckhalle Sunnegrund 1, Blickensdorferstrasse 19, 6312 Steinhausen, Mehrzweckhalle Sunnegrund 1, Steinhausen

Kosten: CHF 125.00

Anmeldefrist: 29.12.2025

Krankenkassen-Anerkennung: Dieser Kurs ist QualiCert-anerkannt und kann von Krankenkassen unterstützt werden

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

