reformierte
kirche zürich
musik.kunst.johanneskirche!

©2024 Büsching & Büsching

Gymnastik 60+

**Jeden Mittwoch,
um 9.15 Uhr**

Jeden Mittwoch, 9.15 Uhr ausser in den Schulferien

Bringen Sie Ihren Körper mit einem wöchentlichen Turnen in Schwung! Es belebt und wirkt sich positiv auf Ihre Lebensqualität aus. Beim Fitnesstraining verbessern Sie ihr Gleichgewicht, trainieren gleichzeitig Ihre Reaktionsfähigkeit und stärken den ganzen Körper. Anschliessend an das letzte Training des Monats trinkt man zusammen gemütlich Kaffee.

Wir turnen jeden Mittwoch, 9.15 Uhr ausser in den Schulferien im Kirchgemeindehaus der Johanneskirche, Limmatstrasse 114, 8005 Zürich.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenlos.

Information:
Sabrije Tahiraj, Kursleiterin, sabrije.tahiraj@solidhelp.ch, Tel 076 387 14 44
oder
Miriam Moser, Sozialdiakonin miriam.moser@reformiert-zuerich.ch, Tel 044 275 20 15