



SPORT FÜR ALLE – MACH MIT – BLEIB GESUND

EINSTIMMUNG COOP GEMEINDEDUELL 2025!

Egal wie alt du bist, egal wo du bist, egal was du machst – wir freuen uns auf Dich.

Wir sind überzeugt, dass wir nur gesund bleiben, wenn wir uns regelmässig bewegen. Bewegung fördert den Herz-Kreislauf und stärkt das Immunsystem.

Der Körper braucht Bewegung und muss bewegt werden, um gesund zu sein.



Die Bewegungsleiter: Daniela und Oswald

Das Programm «Sport für Alle»

Jeweils Freitags in der Turnhalle Gräwimatt von 20:00 Uhr bis ca. 21:30 Uhr

2024

25. Oktober 2024	Daniela/Oswald
22. November 2024	Oswald
13. Dezember 2024	Daniela

2025

24. Januar 2025	Daniela
21. Februar 2025	Oswald
21. März 2025	Daniela
25. April 2025	Oswald

