

Allround FitGym

Turngruppen Region Bern Mittelland

Ort	Tag/Zeit	Hauptleitung
Bern, Aaregg Oberer Aareggweg 51a	Mi, 08.30 Uhr Mi, 09.30 Uhr	Esther Savoia 079 467 00 31
Bern, Bethlehem KGH Eymattstrasse 2b	Fr, 09.15 Uhr	Heidi Sahli 031 901 23 79
Bern, Bümpliz 1, KGH Bernstrasse 85	Do, 09.00 Uhr	Christine Spicher 079 385 56 46
Bern, Bümpliz 2, Fellerhut Stapfenstrasse 81	Mo, 09.00 Uhr Mo, 10.00 Uhr	Ursula Niederhauser 078 770 52 06
Bern, Bürenpark KGH Bürenstrasse 8	Do, 09.00 Uhr	Esther Savoia 079 465 00 31
Bern, Eglise Française Predigergasse 3 > <i>Groupe français</i>	Mo, 10.00 Uhr	Laetitia Bonvin 076 371 06 82
Bern, Eglise Française Predigergasse 3 > <i>Groupe français</i>	Do, 11.30 Uhr, Fr., 09.30 Uhr	Anna de Capitani 079 271 98 06
Bern, Johannes KGH Wylenstr. 5 AUFNAHMESTOP ab 07/2025	Mo, 09.00 Uhr	Brigitta Bühler 079 450 16 94
Bern, Nydegg KGH Nydeggstalden 9	Mi, 09.30 Uhr	Gabrielle Bloch 031 351 75 75
Bern, Paulus KGH Freiestrasse 20	Do, 09.00 Uhr Do, 10.00 Uhr	Eva D'Andrea 079 631 77 43
Bern, Petrus KGH Brunnadernstrasse 40	Mo, 09.00 Uhr	Christina Ferretti 079 602 60 71
Bern, Petrus KGH Brunnadernstrasse 40	Di, 08.15 Uhr Di, 09.30 Uhr	Barbara Kälin 031 352 99 34

Bern, Petrus KGH Brunnadernstrasse 40	Di, 15.00 Uhr Di, 16.00 Uhr	Gabrielle Bloch 031 351 75 75
Bern, Wittigkofen Jupiterstrasse 15	Di, 08.30 Uhr Di, 09.30 Uhr	Iren Hänni 079 173 60 33
Bern, Wittigkofen Jupiterstrasse 15 > <i>Spezial Bodentraining</i>	Di, 10.30 Uhr	Iren Hänni 079 173 60 33
Boll Schulhaus Stämpbach	Mo, 13.30 Uhr Mo, 14.40 Uhr	Huguette Hirsbrunner 031 839 52 84
Boll Turnhalle Oberstufenschulhaus	Mo, 08.45 Uhr	Huguette Hirsbrunner 031 839 52 84
Bolligen Kirchgemeindehaus	Di, 08.45 Uhr Di, 10.00 Uhr	Regina Nussbaum 078 718 58 28
Bremgarten b. Bern Ref. Kirchgemeindehaus	Mi, 09.15 Uhr	Barbara Wyss 079 641 63 60
Bremgarten b. Bern Turnhalle Kalchackerstrasse > <i>Männergruppe</i>	Do, 18.30 Uhr	Barbara Wyss 079 641 63 60
Ferenberg Schulhaus	Di, 09.00 Uhr	Ursula Spycher 079 461 25 00
Gümligen Alterszentrum Alenia > <i>Spezial Balance</i>	Fr, 09.00 Uhr Fr, 10.00 Uhr	Beatrice Plattner 079 655 22 43
Gümligen, Bärtschihus Dorfstrasse 14	Mi, 09.00 Uhr	Barbara Kälin 031 352 99 34
Gümligen, Melchenbühl Sporthalle	Mo, 08.00 Uhr	Marlies Marti 031 951 29 04
Ittigen Kirchgemeindehaus	Mo, 13.00 Uhr Mo, 14.10 Uhr	Elisabeth Staudenmann 076 536 13 07
Kaufdorf Turnhalle	Mi, 14.00 Uhr	Iren Hänni 079 173 60 33

Kehrsatz Ökumenisches Zentrum	Do, 14.00 Uhr	Marlis Rutz 031 819 51 04
Kirchlindach Schulhaus, Singsaal	Mo, 14.00 Uhr	Elisabeth Mathys 079 764 37 30
Herrenschwanden Schulhaus, Turnhalle	Do, 08.30 Uhr	Ursula Spycher 079 461 25 00
Köniz Am Hof / AUFNAHMESTOP ab 04/2025	Di, 17.30 Uhr	Thomas Christen 079 648 11 45
Köniz KGH St. Josef	Di, 09.30 Uhr	Ilse Dubois 031 971 59 52
Mamishaus Turnhalle Tännlenen	Mi, 13.30 Uhr	Praxède Binggeli 079 480 00 17
Meirkich Turnhalle Ortschaftswaben	Di, 08.45 Uhr	Ilona Knecht 079 916 49 38
Mühleberg Sorthalle Allenlüften, Gymnastikraum	Mi, 14.00 Uhr	Andrea Lengacher 079 376 57 80
Mühleberg Sporthalle Allenlüften, Turnhalle > <i>Männergruppe</i>	Mi, 15.15 Uhr	Andrea Lengacher 079 376 57 80
Mühlethurnen Turnhalle	Mi, 13.45 Uhr	Elisabeth Nussbaum 079 548 19 20
Münchenwiler Mehrzweckgebäude	Di, 14.00 Uhr	Lisa Kühnel 078 747 31 81
Muri, Thoracherhus Kranichweg 10	Di, 09.00 Uhr	Beatrice Plattner 079 655 22 43
Neuenegg Turnhalle AU > <i>Spezial Balance</i>	Fr, 14.00 Uhr	Monika Vögtlin 079 546 79 65

Niedermuhlern Turnhalle	Mi, 14.45 Uhr	Susann Amherd 031 721 83 94
Niederscherli Kirchgemeindehaus > <i>Männergruppe</i>	Mo, 13.30 Uhr	Lice Fürst 078 849 43 57
Niederscherli Kirchgemeindehaus > <i>Spezial Balance</i>	Mo, 14.30 Uhr	Lice Fürst 078 849 43 57
Niederwangen Turnhalle	Do, 10.15 Uhr	Irma von Wartburg 079 514 06 08
Oberbalm Turnhalle Schulhaus	Fr, 14.00 Uhr	Thomas Christen 079 648 11 45
Oberwangen Mehrzweckhalle	Mi, 09.00 Uhr	Irma von Wartburg 079 514 06 08
Ostermundigen Kirchgemeindehaus Guthirt <i>09.30 > Spezial Balance</i>	Do, 08.30 Uhr Do, 09.30 Uhr	Maria Gilgen 079 600 36 47
Ostermundigen Ref. Kirchgemeindehaus <i>09.00 > mit Matten</i>	Mo, 09.00 Uhr Mo, 10.00 Uhr	Regina Nussbaum 078 718 58 28
Riffenmatt Turnhalle	Mo., 13.15 Uhr	Michaela Lichtle 079 511 64 07
Schwarzenburg Turnhalle Bernaville	Mo, 13.00 Uhr	Michaela Lichtle 079 511 64 07
Schwarzenburg Turnhalle Bernaville	Mo, 14.15 Uhr	Michaela Lichtle 079 511 64 07
Schwarzenburg Turnhalle Bernaville > <i>Männergruppe</i>	Mo, 15.30 Uhr	Michaela Lichtle 079 511 64 07
Toffen Turnhalle Matte AUFNAHMESTOP AB 01/2026 (Gruppe 13.30 Uhr)	Fr, 13.30 Uhr Fr, 14.40 Uhr	Verena Probst 031 819 53 24

Utzigen Turnhalle	Mi, 08.30 Uhr	Huguette Hirsbrunner 031 839 52 84
Zimmerwald Turnhalle Schulhaus Wald	Mi, 13.30 Uhr	Susann Amherd 031 721 83 94
Zollikofen Schulhaus Steinibach	Mi, 14.00 Uhr	Irena Klima 076 441 19 00

Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Pro Senectute Kanton Bern
Beratungsstelle Bern

Berner Generationenhaus · Bahnhofplatz 2 · 3011 Bern · Telefon 031 359 03 00
bildungundsport@be.prosenectute.ch · www.be.prosenectute.ch