

Allround FitGym

Turngruppen Thun und Umgebung

| Ort | Tag/Zeit | Hauptleitung | Stufe |
|---|--------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|
| Aeschlen Schulhaus Dorflokal > <i>Frauengruppe</i> | Mo, 09.00 Uhr | Heidi Sauser 079 632 73 33 | Mittel bis anspruchsvoll |
| Forst-Längenbühl Turnhalle > <i>Frauengruppe</i> | Mo, 09.00 Uhr | Ida Gafner 033 345 72 29 | Leicht bis mittel |
| Gurzelen Mehrzweckhalle > <i>Frauengruppe</i> | Do, 09.00 Uhr | Susanne Engeloch 079 626 77 44 | Leicht bis mittel |
| Heimberg Turnhalle obere Au | Mi, 14.00 Uhr | Therese Schlapbach 033 437 55 02 | Leicht bis mittel |
| Heimberg Turnhalle untere Au > <i>Frauengruppe</i> | Mi, 13.30 Uhr | Annelies Peter 079 734 59 17 | Mittel bis anspruchsvoll |
| Heimenschwand Turnhalle > <i>Frauengruppe</i> | Mi, 13.30 Uhr | Katharina Bruni 079 930 42 25 | Leicht bis mittel |
| Hünibach Turnhalle > <i>Männergruppe</i> | Mo, 8.20 Uhr (45 Minuten) | Harald Burger 079 489 95 56 | Mittel bis anspruchsvoll |
| Hünibach Turnhalle > <i>Frauengruppe</i> | Mo, 9.10 Uhr (45 Minuten) | Harald Burger 079 489 95 56 | Mittel bis anspruchsvoll |
| Seftigen Aula | Mo, 16.00 Uhr | Fritz Wyss 079 637 22 80 | Leicht bis mittel |
| Sigriswil Turnhalle Raft > <i>Männergruppe</i> | Mi, 14.30 Uhr | Corinne Wernli 079 202 15 37 | Mittel |
| Sigriswil Chüjerhüsi > <i>Frauengruppen</i> | Mo, 13.45 Uhr Mo, 15.00 Uhr | Corinne Wernli 079 202 15 37 | Mittel |
| Steffisburg Heilpädagogische Schule > <i>Wintergruppen</i> | Mi, 13.30 Uhr Mi, 14.30 Uhr | Madeleine Burkhalter 033 336 07 35 | Mittel bis anspruchsvoll |
| Steffisburg Heilpädagogische Schule | Mi, 17.00 Uhr | Therese Schlapbach 033 437 55 02 | Leicht bis mittel |
| Thierachern Turnhalle Oberstufenzentrum | Mi, 15.00 Uhr | Fritz Wyss 079 637 22 80 | Leicht bis mittel |

| Ort | Tag/Zeit | Hauptleitung | Stufe |
|---|---|---------------------------------------|--|
| Thun dap, 3. Stock | Mo, 14.00 Uhr | Beatrice Berger 031 961 08 71 | Anspruchsvoll |
| Thun dap, 3. Stock > <i>Männergruppe</i> | Di, 16.30 Uhr | Marianne Gäumann 033 336 78 28 | Leicht bis mittel |
| Thun dap, 3. Stock > <i>Frauengruppe</i> | Do, 10.00 Uhr | Barbara Teuscher 079 213 74 75 | Leicht bis mittel |
| Thun Elite Migros Klubschule > <i>Frauengruppe</i> | Di, 14.00 Uhr | Marianne Gäumann 033 336 78 28 | Leicht bis mittel |
| Thun KGH Frutigenstrasse > <i>Frauengruppen</i> | Mo, 13.50 Uhr Mo, 15.00 Uhr Mo, 16.10 Uhr | Madeleine Burkhalter 033 336 07 35 | 1) leicht-mittel 2) mittel-anspruchsvoll 3) leicht |
| Thun Hohmad Pavillon | Mo, 09.30 Uhr | Susanne von Allmen 079 290 06 29 | Leicht bis mittel |
| Thun Johannes Kirchgemeindehaus > <i>Männergruppe</i> | Mo, 09.00 Uhr | Fritz Gafner 033 345 72 29 | Leicht bis mittel |
| Thun Johannes Kirchgemeindehaus > <i>Frauengruppe</i> | Mo, 14.00 Uhr | Marianne Gäumann 033 336 78 28 | Leicht bis mittel |
| Thun Lachen Sporthalle > <i>Frauengruppe</i> | Mo, 14.00 Uhr | Ida Gafner 033 345 72 29 | Leicht bis mittel |
| Thun Lerchenfeld Kirchgemeindehaus > <i>Frauengruppe</i> | Di, 09.30 Uhr | Barbara Schwab 033 681 28 58 | Leicht bis mittel |
| Thun Spielsport Eigerturnhalle > <i>Männergruppe</i> | Do, 15.45 Uhr | Walter Gäumann 033 336 78 28 | Anspruchsvoll |
| Thun Schönau Turnhalle > <i>Frauengruppe</i> | Do, 16.40 Uhr (50 Minuten) | Monika Kesseli 079 543 78 68 | Mittel |
| Thun St. Martin Kirchgemeindehaus > <i>Frauengruppen</i> | Di, 14.00 Uhr Di, 15.30 Uhr | Susanne von Allmen 079 290 06 29 | Mittel |
| Thun St. Martin Kirchgemeindehaus | Mi, 09.00 Uhr | Walter Gäumann 033 336 78 28 | Leicht bis mittel |
| Uebeschi Turnhalle | Mi, 13.30 Uhr | Fritz Wyss 079 637 22 80 | Leicht bis mittel |
| Uetendorf Turnhalle Riedern | Mi, 13.45 Uhr | Ruth Ryter 033 345 36 60 | Leicht bis mittel |

| Ort | Tag/Zeit | Hauptleitung | Stufe |
|----------------------------------|---------------|-----------------------------------|-------------------|
| Uttigen Mehrzweckhalle | Mi, 14.00 Uhr | Susanne Engeloch 079 626 77 44 | Leicht bis mittel |

10er Karte CHF 70.00 (übertragbar)

Jahresabo CHF 170.00 (persönlich)

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 Thun

Malerweg 2 · 3600 Thun · Telefon 033 226 70 70

b+s.oberland@be.prosenectute.ch · www.be.prosenectute.ch