

## Allround (FitGym)

### Turngruppen Region Bern

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Boll</b> Oberstufenschulhaus	Mo, 8.30 Uhr	Huguette Hirsbrunner	***
	Mo, 13.30 Uhr		**
	Mo, 14.40 Uhr		**
<b>Bolligen</b> Kirchgemeindehaus	Di, 8.45 Uhr Di, 10.00 Uhr	Ursula Wenger	**
<b>Bremgarten</b> Reformiertes KGH	Mi, 8.15 Uhr Mi, 9.30 Uhr	Barbara Wyss	**
<b>Ferenberg</b> Schulhaus	Di, 9.00 Uhr	Ursula Spycher	***
<b>Gümligen</b> Mattenhof	Do, 9.00 Uhr	Barbara Kälin	**
<b>Ittigen</b> Kirchgemeindehaus	Mo, 13.00 Uhr	Elisabeth Staudenmann	**
	Mo, 14.15 Uhr		**
<b>Kirchlindach</b> Schulhaus, Singsaal	Mo, 14.00 Uhr	Elisabeth Mathys	**
<b>Köniz</b> KGH St. Josef	Di, 9.00 Uhr	Ilse Dubois	**
<b>Köniz</b> Am Hof	Di, 18.00 Uhr	Thomas Christen	**
<b>Meikirch</b> Turnhalle Ortschwaben	Di, 8.45 Uhr	Hemma Fuhrer	***
<b>Melchenbühl</b> Turnhalle Schule	Mo, 8.00 Uhr	Marlis Marti	***
<b>Muri</b> Thoracherhaus	Di, 9.00 Uhr	Brigitta Bühler	**
<b>Niederwangen</b> Turnhalle	Do, 9.10 Uhr	Irma v. Wartburg	***
<b>Oberbalm</b> Schulhaus	Fr, 13.30 Uhr	Thomas Christen	**
<b>Oberscherli</b> Turnhalle	Fr, 15.00 Uhr	Thomas Christen	**

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Oberwangen</b> Mehrzweckanlage	Do, 10.20 Uhr	Irma v. Wartburg	***
<b>Ostermundigen</b> Reformiertes KGH	Mo, 9.00 Uhr	Beatrice Mettler	**
<b>Ostermundigen</b> KGH Guthirt	Do, 8.00 Uhr	Rita Stucki	***
	Do, 9.00 Uhr		***
<b>Spiegel</b> Reformiertes KGH	Do, 14.30 Uhr	Monique Pulver	**
<b>Utzen</b> Turnhalle	Mi, 12.45 Uhr	Huguette Hirsbrunner	***
<b>Zollikofen</b> Reformiertes KGH	Di, 14.00 Uhr	Lice Fürst	**
<b>Zollikofen</b> Schulhaus Steinibach	Mi, 13.50 Uhr	Elisabeth Mathys	**

## Allround (FitGym) – Männergruppen

### Turngruppen Region Bern

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Bremgarten</b> TH Kalchackerstrasse	Do, 18.30 Uhr	Barbara Wyss	***
<b>Niederscherli</b> Kirchgemeindehaus	Mo, 13.30 Uhr	Rita Stucki	**

## Allround (FitGym) – Balance

Turngruppen Region Bern

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Gümligen</b> Nussbaumallee 9	Fr, 09.00 Uhr Fr, 10.00 Uhr	Erika Riesen	**
<b>Kirchlindach</b> Turnhalle	Do, 9.30 Uhr	Erika Riesen	***
<b>Niederscherli</b> Kirchgemeindehaus	Mo, 14.30 Uhr	Rita Stucki	**
<b>Ostermundigen</b> KGH Guthirt	Do, 10.00 Uhr	Rita Stucki	**

Diese Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

