






Allround (FitGym) Gruppen


Turngruppen Langenthal und Umgebung

Ortschaft	Sportart	Stufe	Tag	Zeit	Kontaktperson	Telefon
Aarwangen Turnhalle	Turnen/FitGym	***	Mittwoch	09.00 - 10.00	Hagmann Kitty	078 654 17 80
Affoltern Turnhalle	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	13.30 - 14.30	Blaser Verena Wehrli Christine	034 461 35 44 031 761 16 01
Attiswil Schulhaus Turnhalle	Turnen/FitGym	***	Montag	09.30 - 10.30	Franic Nelly Kurth Elisabeth	032 636 36 84 032 637 00 18
Bützberg Kirchgemeindehaus	Turnen/FitGym gemischt Gym60	**	Montag	13.30 - 14.30	Müller Therese	062 922 78 88
Bützberg Kirchgemeindehaus	Turnen/FitGym	*	Montag	14.30 - 15.30	Müller Therese	062 922 78 88
Eriswil Mehrzweckraum	Turnen/FitGym Frauen	**	Montag	14.00 - 15.00	Stalder Therese	062 966 21 06
Eriswil Mehrzweckhalle	Turnen/FitGym Männer	***	Montag 14-täglich	16.00 - 17.00	Stalder Therese	062 966 21 06
Gondiswil Turnhalle/Singzimmer	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	14.00 - 15.00	Hodel Martha	062 962 02 81
Grasswil Turnhalle	Turnen/FitGym	** 	Mittwoch	13.45 - 14.45	Zaugg Trudi Wiedmer Anita	062 965 37 58 062 965 33 41
Grasswil Turnhalle	Turnen/FitGym Männer	**** 	Freitag	13.45 - 14.45	Weibel Sandra	032 636 37 15
Grasswil Turnhalle	Turnen/FitGym Frauen	**** 	Freitag	15.00 - 16.00	Weibel Sandra	032 636 37 15
Heimenhausen Turnhalle	Turnen/FitGym	**	Dienstag	13.15 - 14.15	Franic Nelly Kurth Elisabeth	032 636 36 84 032 637 00 18
Herzogenbuchsee Burgschulhaus	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	15.00 - 16.00	Gygax Corinne Zaugg Trudi	062 961 04 91 062 965 37 58
Huttwil Ref. Kirchgemeindehaus	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	14.00 - 15.00	Eberhart Therese	062 962 27 89
Inkwil Turnhalle	Turnen/FitGym	**	Dienstag	15.00 - 16.00	Franic Nelly Kurth Elisabeth	032 636 36 84 032 637 00 18
Langenthal Kath. Kirchgemeindehaus Hasenmattstr. 36	Turnen/FitGym Gym 60	***	Mittwoch	08.15 - 09.15	Müller Jeannette	062 922 28 36
Langenthal Kath. Kirchgemeindehaus Hasenmattstr. 36	Turnen/FitGym	**	Montag	14.00 - 15.00	Müller Jeannette	062 922 28 36
Langenthal Kreuzfeld Schulhaus/Turnhalle	Turnen/FitGym	*** 	Donnerstag	15.10 - 16.10	Kurth Elisabeth Franic Nelly	032 637 00 18 032 636 36 84
Langenthal Geissberg Ref. Kirchgemeindehaus	Turnen/FitGym	**	Donnerstag	09.45 - 10.45	Guyot Vreni	062 923 11 80

Langenthal Alterssiedlung Haldenstrasse	Turnen/FitGym	*	Donnerstag	10.00 – 11.00	Roca Marica	062 923 25 30
Langenthal Bäregg Alterssiedlung	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	09.30 – 10.30	Hugo Maureen	079 381 38 92
Leimiswil Schulhaus	Turnen/FitGym Frauen	**	Dienstag	14.00 - 15.00	Käser Christina	062 965 11 21
Leimiswil Schulhaus	Turnen/FitGym Männer	***	Montag	09.00 - 10.00	Käser Christina	062 965 11 21
Lotzwil Turnhalle Dorf	Turnen/FitGym Frauen	**	Montag	14.00 - 15.00	Gygax Corinne	062 961 04 91
Melchnau untere Turnhalle	Turnen/FitGym Frauen	** 	Dienstag	15.45 - 16.45	Wiedmer Anita Iseli Röthlisberger M.	062 965 33 41 062 966 03 29
Melchnau untere Turnhalle	Turnen/FitGym Männer ab 60	***	Dienstag Winterhalbj.	17.00 – 18.00	Jenzer Ulrich	062 922 69 31
Niederbipp Turnhalle Doktorsträssli	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	13.30 - 14.30	Kaderli Heidi	032 633 24 41
Oberönz/Niederönz Turnhalle	Turnen/FitGym	**	Montag	17.00 - 18.00	Gygax Corinne	062 961 04 91
Oeschenbach Mehrzweckhalle	Turnen/FitGym	*	Donnerstag	13.45 - 14.45	Räss Silvia	062 965 27 54
Oschwand Schulhaus	Turnen/FitGym	**	Donnerstag	14.00 - 15.00	Christen Else	062 961 71 47
Roggwil Turnhalle Bündtenackerweg	Turnen/FitGym	*** 	Donnerstag	10.00 - 11.00	Suter Irene	062 929 07 90
Rohrbach Kirchgemeindehaus	Turnen/FitGym	***	Mittwoch	15.00 - 16.00	Roca Marica Wüthrich Rosmarie	062 923 25 30 079 225 32 33
Rohrbachgraben Schulhaus	Turnen/FitGym	**	Freitag	14.00 - 15.00	Sommer Susanne	062 965 19 53
Rumisberg Turnhalle	Turnen/FitGym Gym 60	***	Dienstag ohne 3. Quartal	10.00 - 11.00	Franic Nelly Kurth Elisabeth	032 636 36 84 032 637 00 18
Rütschelen Schulhaus Turnraum	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	14.00 - 15.00	Rickli Dorothea	062 923 06 38
Schwarzhäusern Schulhaus, Singaal	Turnen/FitGym	**	Montag	13.30 - 14.30	Odermatt Margrit	062 530 26 82
Seeberg Schulzimmer	Turnen/FitGym	**	Mittwoch 14-täglich	15.15 - 16.15	Zaugg Trudi	062 965 37 58
Thunstetten Schulhaus, MZRaum	Turnen/FitGym	**	Montag	14.00 - 15.00	Zellweger Karin	062 963 25 78
Ursenbach Schulhaus, MZRaum	Turnen/FitGym	** 	Donnerstag	15.15 - 16.15	Wiedmer Anita	062 965 33 41
Walliswil b.Wangen Mehrzweck-/Turnhalle	Turnen/FitGym	** 	Dienstag	09.00 - 10.00	Hauenstein Yvonne	079 397 17 68
Wangen a.A. Turnhalle Schulhaus	Turnen/FitGym	**	Mittwoch	15.00 - 16.00	Steiner Marlis Franic Nelly	032 631 26 74 032 636 36 84

Wiedlisbach Turnhalle	Turnen/FitGym	***	Mittwoch	14.00 - 15.00	Hauenstein Yvonne	079 397 17 68
Wynau Singsaal Schulhaus	Turnen/FitGym	***	Mittwoch	14.00 - 15.00	Odermatt Margrit	062 530 26 82
Wyssachen Turnhalle	Turnen/FitGym	** 	Mittwoch	14.00 - 15.00	Iseli Röthlisberger Monika	062 966 03 29

Schwierigkeitsstufe (Sternesystem)

- * Sitzgruppe (ca. 70-80% Sitzen pro Stunde)
 - ** Abwechslung zwischen Sitzen und Stehen (50-60% Sitzübungen)
 - *** Bewegung in allen Lagen (Stehen/Sitzen/Liegen)
 - **** Sehr fitte Gruppe, viel Herausforderung
-  Entspricht den Anforderungen zur Erhaltung und Förderung der Gangsicherheit

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

