

## Allround (FitGym)

### Turngruppen Seftigen

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Kaufdorf</b> Turnhalle	Mi, 14.00 Uhr Mi, 15.15 Uhr	Sonja Schindler	*** **
<b>Kehrsatz</b> Ökumenisches Zentrum	Do, 14.00 Uhr	Marlis Rutz	**
<b>Mühlethurnen</b> Turnhalle	Mi, 13.45 Uhr	Elisabeth Nussbaum	***
<b>Niedermuhlern</b> Turnhalle	Mi, 14.45 Uhr	Sonja Schindler	***
<b>Toffen</b> Turnhalle Matte	Fr, 13.30 Uhr Fr, 14.40 Uhr	Verena Probst	** ***
<b>Zimmerwald</b> TH Schulhaus Wald	Mi, 13.30 Uhr	Sonja Schindler	***

## Allround (FitGym)

### Turngruppen Laupen

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Mühleberg</b> Schulhaus Allenlüften	Mi, 14.00 Uhr	Lore Ryf	**
<b>Münchenwiler</b> Mehrzweckgebäude	Mo, 14.00 Uhr	Mirjam Rist	**
<b>Neuenegg</b> Turnhalle AU	Fr, 13.45 Uhr Fr, 14.45 Uhr	Beatrix Jockisch Monika Vögtlin	**

## Allround (FitGym)

### Turngruppen Schwarzenburg

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Albligen</b> Saal Gemeindehaus	Do, 13.45 Uhr	Elisabeth Staudenmann	**
<b>Lanzenhäusern</b> Restaurant Bahnhof	Mo, 14.00 Uhr	Heidi Haussener	***
<b>Mamishaus</b> Turnhalle Tännlenen	Mi, 13.30 Uhr	Praxède Binggeli	***
<b>Riffenmatt</b> Turnhalle	Fr, 13.15 Uhr	Daniela Stoll	***
<b>Schwarzenburg Dorf</b> Turnhalle Bernaville	Mo, 14.30 Uhr	Christine Schletti	***

## Allround (FitGym) - Männergruppen

### Turngruppen Bern Land

Ort	Tag & Zeit	Leitung	Stufe
<b>Mühleberg</b> Schulhaus Allenlüften	Mi, 14.00 Uhr	Lore Ryf	**
<b>Schwarzenburg Dorf</b> Turnhalle Bernaville	Mo, 16.00 Uhr	Christine Schletti	**

Diese Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil sie in besonderem Masse altersspezifischen Beeinträchtigungen entgegenwirken.



Pro Senectute Region Bern

Berner GenerationenHaus · Bahnhofplatz 2 · 3011 Bern · Telefon 031 359 03 03  
region.bern@be.prosenectute.ch · www.be.prosenectute.ch

