



| horgen

## Gymnastik und Bewegung

---

3. November 2026, 9:00 bis 10:00 Uhr

**Bewegung ist für Senioren besonders wichtig, um körperlich und geistig fit zu bleiben – und in einer Gruppe macht es erst noch richtig Spass. Die angebotenen Gymnastik-Lektionen sind für alle geeignet – unabhängig von Alter und Trainingsstand.**



Rufen Sie uns an, wenn Sie sich angesprochen fühlen.  
Lektionen am Dienstagnachmittag:

Kontaktperson

Heidi Hufschmid

Tel: 079 635 02 31

## Unterlagen

[Gymnastik und Bewegung Gruppe Stand April 23 \[pdf, 396 KB\]](#)

## **Veranstaltungsort**

Kirchgemeindehaus  
Kelliweg 21  
8810 Horgen

## **Allgemeine Angaben**

<https://refhorgen.ch/veranstaltung/61000>