



| horgen

Ernährungsworkshop - Muskelerhalt im Alter

5. Oktober 2026, 14:30 bis 16:30 Uhr

Erfahren Sie an dieser kostenlosen Veranstaltung, wie Ernährung und Bewegung das gesunde Altern unterstützen können. Anmeldung bitte bis am Donnerstag, 01.10.26 an info@spyrigarten.ch oder Tel. 044 729 81 50

Unterlagen

[Werbung Ernährungs-Workshops Muskelerhalt 05.10.26 \[pdf, 277 KB\]](#)

Veranstaltungsort

Gemeinschaftsraum Wohn- und Pflegeheim Spyrigarten

Bergstrasse 1a

8816 Hirzel

[Lageplan](#)

Allgemeine Angaben

Kontaktperson: Marina Maio

Tel. 0447298032

info@spyrigarten.ch

<https://spyrigarten.ch/>

Kontakt

Wohn- und Pflegeheim Spyrigarten