

AKTIVITÄTEN 2022



FÜR JUNG
BIS ALT

Generationen
Treff Sarnen

12.09. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin
Kostenlose Fitnesslektion mit geeigneten Übungen für Senioren und Kinder. Keine Anmeldung nötig

16.09. 14:00-15:00

Samurai-Shiatsu – Carina Krummenacher
Nur bei trockenem Wetter. Keine Anmeldung nötig. Falls vorhanden, Klappstuhl mitnehmen. Kontakt: 079 350 00 13 / shiatsu-im-spis.ch

18.09. 11:00-15:30

Park-Lismätä – mit Andrea Nager (Grundacher Schule) *Keine Anmeldung nötig*

19.09. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

23.09. 14:00-15:00

Samurai-Shiatsu – Carina Krummenacher *Keine Anmeldung nötig*

26.09. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

28.09. 16:00-17:00

Bänkli-Träff – mit Christoph Amstad *Kommen Sie für einen lockeren «Schwatz» vorbei!*

30.09. 14:00-15:00

Samurai-Shiatsu – Carina Krummenacher *Keine Anmeldung nötig*

02.10. 11:00-15:30

Park-Lismätä – mit Andrea Nager (Grundacher Schule) *Keine Anmeldung nötig*

03.10. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

10.10. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

16.10. 11:00-15:30

Park-Lismätä – mit Andrea Nager (Grundacher Schule) *Keine Anmeldung nötig*

17.10. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

24.10. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

31.10. 9:30-10:15

Spass und Fitness für Gross und Klein – Pro Senectute, Erwachsenensportleiterin *Keine Anmeldung nötig*

Weitere Aktivitäten folgen...