

Unterschächen bewegt sich ...



Die Tage werden wieder kürzer, der Winter naht. Um in der kalten Jahreszeit fit zu bleiben werden auch dieses Jahr in Unterschächen verschiedene Gelegenheiten angeboten.

Das Gute liegt so nahe, warum soll man ein Fitnesscenter besuchen, wenn man vor der Türe gute Alternativen hat....

Jeweils in der Turnhalle Unterschächen:

Montag

J+S Turnen – ACHTUNG Altersbegrenzung!

ab 05. November 2018, 19.00Uhr bis 21.00Uhr

Für alle Jugendlichen zwischen 10 und 15 Jahren

Fitness, Freude an der Bewegung auf spielerische Art, Aufbau Kondition, dies sind die Kernelemente für ein abwechslungsreiches Turnangebot.

Donnerstag

Fit durch den Winter

ab 25. Oktober 2018, 19.00Uhr bis 21.00Uhr

Allen Frauen und Männer wird ein abwechslungsreiches Programm angeboten. Im ersten Teil steht Fitness im Vordergrund, beim zweiten Teil soll mit Spielen der Spassfaktor auch nicht zu kurz kommen.

Freitag

Männerturnen

ab 9. November 2018, 19.30Uhr bis 21.30Uhr

Für alle „starken“ Männer oder jene die es werden möchten.

Während den Schulferien, d.h. vom 22.12.2018 bis 06.01.2019 sowie vom 28.02.2019 bis 10.03.2019 findet jeweils kein Turnen statt.

Alle Angebote sind für Jedermann und jede Frau offen, ohne Vereinszugehörigkeit und feste Verpflichtung.

Das gesamte Leiterteam freut sich auf eine grosse Beteiligung und viel Bewegung in Unterschächen.

Auskünfte erteilt Euch gerne:

Valeria Püntener, Taubach 4, 6472 Erstfeld, Tel. 079 206 72 77

J+S Coach SC Unterschächen