

## + Fit Gym – Bewegung, Spiel und Spass



Das Motto unserer Turngruppen lautet «Bewegung, Spiel und Spass». Durch regelmässige Bewegung können Sie Ihre Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht und Ihre Beweglichkeit bis ins hohe Alter erhalten oder gar verbessern. Wenn Sie in fröhlicher Atmosphäre etwas zur Förderung Ihrer Gesundheit tun wollen, machen Sie mit. Sie sind jederzeit herzlich willkommen zu einer Schnupperlektion, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Detaillierte Informationen erhalten Sie von der Kursleitung.

Das Bewegungsangebot von Pro Senectute Kanton Schwyz kostet nur CHF 5.– pro Teilnahme. Das ist möglich, weil wir öffentliche Räume günstig oder kostenlos nutzen dürfen und unsere esa-zertifizierten Kursleitenden nur ein bescheidenes Entgelt erhalten.

### Altendorf

Mehrzweckhalle  
Mittwoch, 13.30 bis 14.30 Uhr    Monika Fleischmann    079 600 58 61

### Bennau

Turnhalle  
Dienstag, 16.25 bis 17.25 Uhr    Astrid Zraggen    078 707 81 41

### Buttikon-Schübelbach

Turnhalle Gutenbrunnen  
Mittwoch, 13.15 bis 14.15 Uhr    Agnes Züger    055 440 32 40  
Mittwoch, 14.30 bis 15.30 Uhr    Angie Dürst    055 440 34 04  
Ruedi Schnyder    055 440 18 36

### Einsiedeln

Turnhalle Brüel  
Mittwoch, 14.00 bis 15.00 Uhr    Silvia Huber    079 394 58 15  
Franca Hubler    079 479 82 81  
Hedy Bisig    079 392 07 70

### Feusisberg

Turnhalle Schulhaus  
Montag, 10.00 bis 11.00 Uhr    Edith Hensler    055 412 81 69

### Galgenen

Mehrzweckhalle Turnhalle (altes MZG)    Annemarie Heuberger 055 442 21 43  
Mittwoch, 19.30 bis 20.30 Uhr    Erika Züger    055 440 40 07

### Gross

Turnhalle  
Mittwoch, 14.00 bis 15.00 Uhr    Daniela Waser    055 412 65 62  
Arlette Claassen    076 386 02 29

### Lachen

Pfarreizentrum Gerbi  
Dienstag, 09.00 bis 10.00 Uhr    Hedy Perren    055 442 32 29

### Oberiberg

Turnhalle Moos  
Montag, 15.30 bis 16.30 Uhr    Claudia Nauer    055 414 28 45

### Pfäffikon

Turnhalle Felsenburgmatten  
Montag, 16.15 bis 17.20 Uhr    Tiziana Wieland    079 226 62 12

### Siebnen

Stockberghalle  
Mittwoch, 15.30 bis 16.30 Uhr    Romy Schwendeler    055 440 19 31

### Tuggen

Riedlandhalle  
Mittwoch, 14.00 bis 15.00 Uhr    Dorli Jauschnegg    055 445 15 12

### Unteriberg

Gemeinde Turnhalle  
Mittwoch, 13.30 bis 14.30 Uhr    Monika Trütsch    055 414 15 35

### Wangen

Buechberghalle  
Mittwoch, 14.00 bis 15.00 Uhr    Annemarie Heuberger 055 442 21 43  
Erika Züger    055 440 40 07

### Willerzell

Turnhalle Schulhaus  
Mittwoch, 13.30 bis 14.30 Uhr    Edith Hensler    055 412 81 69