

Fitness und Spiel für alle

Turnlektionen für Erwachsene











Turnlektionen für Erwachsene

Die Turnlektionen bieten Ihnen ein vielseitiges Training:

Auf das gemeinsame Aufwärmen mit verschiedenen Kraft- und Koordinationsübungen folgt ein Plauschspiel. Mit einem Entspannungsblock schliessen wir unser Training ab.

Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Eine Turnlektion kostet 5.00 Franken. Bitte bringen Sie das Geld mit.

Während den Schulferien findet «Fitness und Spiel für alle» nicht statt.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite:

www.bern.ch/sportamt > Angebote > Erwachsene > Fitness und Spiel für alle

Montag	20.00-21.30	1	Turnhalle Brunnmatt 3, Brunnmattstrasse 16, 3007 Bern
Montag	20.00-21.30	2	Turnhalle Laubegg, Schosshaldenstrasse 37, 3006 Bern
Dienstag	18.30-19.45	3	Turnhalle Marzili 2, Brückenstrasse 71, 3005 Bern
Dienstag	19.30-21.00	4	Turnhalle Tscharnergut 3, Fellerstrasse 18, 3027 Bern
Mittwoch	19.00-20.30	5	Turnhalle Hochfeld 2, Hochfeldstrasse 40, 3012 Bern
Freitag	18.30-19.45	3	Turnhalle Marzili 2, Brückenstrasse 71, 3005 Bern

KONTAKT 031 321 60 08 bernbewegt@bern.ch www.bern.ch/ sportamt

