

# tvuster

M Ä N N E R R I E G E

---

**Kraft**

**Beweglichkeit**

**Wohlbefinden**



**+ Spiel**

**Spass & Freude**

**einmal pro Woche**

## Tag der offenen Turnertüren

Am Donnerstag, **11. September** öffnen wir unsere Turnhallentüren, im Schulhaus Krämeracker, für alle die gelenkig bleiben möchten, etwas für ihre persönliche Gesundheit unternehmen wollen und Freude haben, sich mit Gleichgesinnten zu bewegen.

Du bist herzlich eingeladen:  
Von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr => Das sanfte Beweglichkeitstraining für Pensionierte oder  
von 20.00 Uhr bis 22.00 Uhr => die fördernde Kräftigung ab 40.

**Mach mit**, ein kleiner Schritt zum Mitmachen aber ein grosser Schritt für deine Gesundheit.

Wir freuen uns auf dich. Besuche unsere Schnupperstunde - eine Investition in Deine Gesundheit.

Röbi Rigert Telefon-Nr. 076 / 315 37 09  
[robert.rigert@tvuster.ch](mailto:robert.rigert@tvuster.ch) erteilt gerne weitere Auskunft.

Wir sind im Internet: [www.tvuster.ch](http://www.tvuster.ch)