



Weitere Infos und Anmeldung

FitGym Hochdorf - Montag

Eine abwechslungsreiche Palette von Übungen lässt Einschränkungen vergessen und das gemeinsame Turnen macht richtig Spass. Die verschiedenen Übungen fördern Kraft, Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Ausdauer.

- Angebot:** 26-2-86011-733
- Termine:** 17.08.2026 - 14.12.2026
16 x Mo 09:30 - 10:30
- Ausfalltage:** 28.09.2026, 05.10.2026
- Leitung:** Natalie Aeschbach, Theres Schmalz
- Ort:** Zentrum St. Martin, Hohenrainstrasse 3, 6280 Hochdorf
- Kosten:** CHF 68.00
- Hinweise:** Info, Anmeldung: Bitte melden sie sich direkt bei der Kursleitung.
Die Anzahl Lektionen pro Halbjahr können je nach Gruppe und Ort variieren.



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.