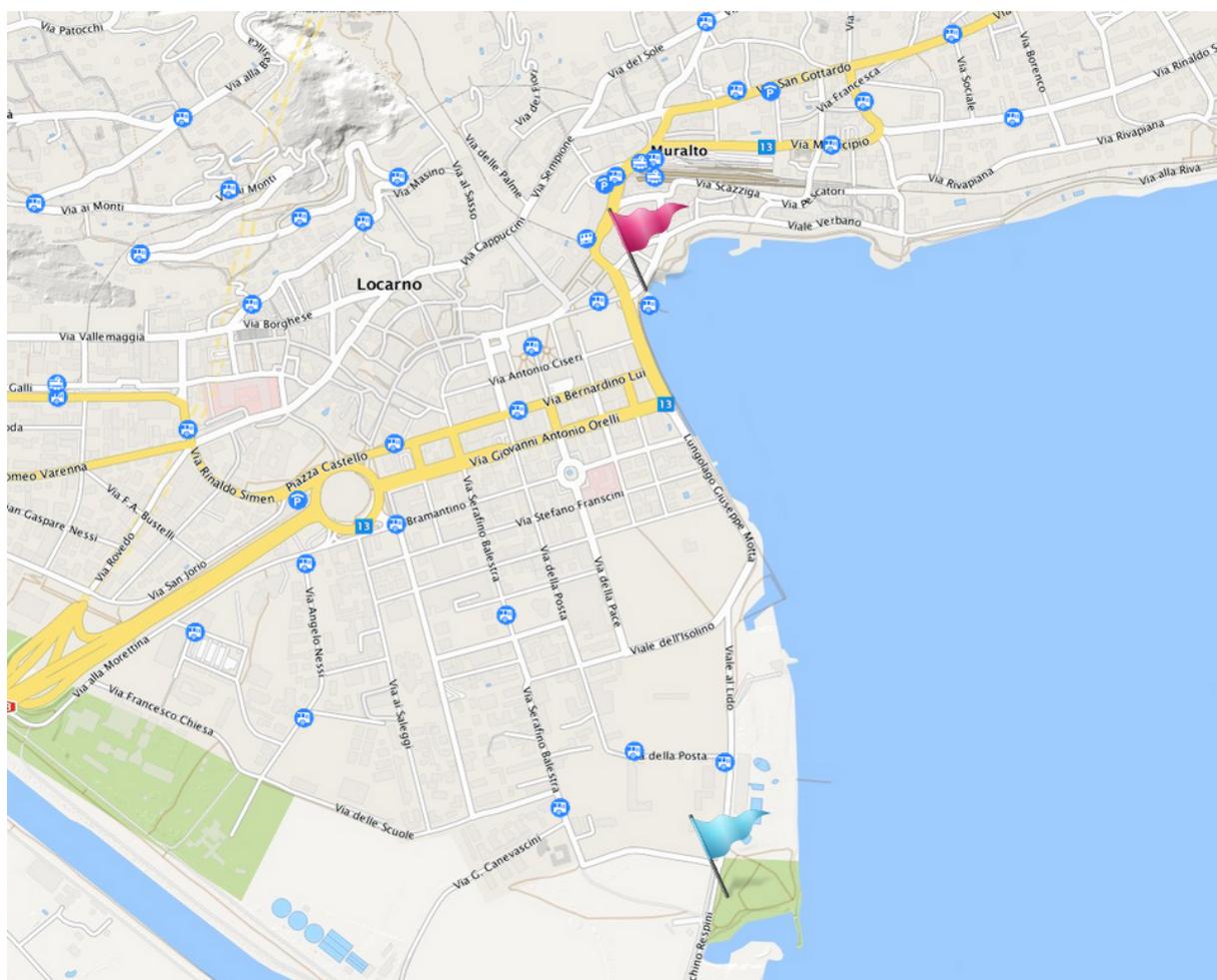


Informationen zu Gymnastik plus

Wir bieten den DCL-Mitgliedern, die es nicht mehr problemlos auf die Wanderungen schaffen, sich aber dennoch an der frischen Luft mit Gleichgesinnten austauschen und beweglich bleiben wollen einen wöchentlichen Spaziergang mit Gymnastik an.

Treffpunkt: **Jeden Montag 14:00 Uhr** an der Schiffsstation Locarno (rot markiert) bei jedem Wetter.



Wir machen den Spaziergang bis zum Parco della Pace (blau markiert), der sich hinter dem Lido Locarno befindet. Dort machen wir ca. 30 Minuten Gymnastik mit Musik, jede und jeder nach seinen Möglichkeiten. So erhalten wir unsere Beweglichkeit.

Natürlich pflegen wir auch das Gesellschaftliche zB mit einem Käfeli nach dem Spazieren...
Empfohlen werden bequeme Kleidung und bequeme Schuhe.

Für Auskünfte steht Ihnen die Ressortleiterin gerne zur Verfügung:

Beatrice Grütter
091 730 9532