

## Merkblatt „In Bewegung“

Organisator/in	Bezeichnung	Ort	Wann	Kosten	Kontakt
<b>Verein „Altern in Cham“</b>	Pétanque	Hirsgarten Cham (bei trockener Witterung)	DO, 7. + 21.10.2021 ev. weitere Termine	keine	Peter Nietlispach, 079 636 98 86 <a href="mailto:peter.nietlispach@altern-in-cham.ch">peter.nietlispach@altern-in-cham.ch</a>
<b>Chamer Senioren wandern</b>	Wanderungen	Siehe Wanderpro- gramm	Individuell	keine	Lisa Herms, Cham, 041 780 63 60 chamer.senioren.wandern@gmail.com
<b>TV Cham 1884</b>	Seniorinnen	Städtli 1, Cham	MI, 17.45 - 19.00	CHF 100.00	Marion Werder, 076 545 61 35 marion.werder@bluewin.ch
<b>TV Cham 1884</b>	Seniorenriege	Städtli 1, Cham	DO, 18.45-20.00	CHF 120.00	Ruth Dössegger, Cham, 041 780 57 64 doe@bluewin.ch
<b>Minigolfclub Vilette</b>	AHV-Bezüger	Minigolfanlage Cham	041 780 02 59	CHF 150.00 Saison- karte	verein@minigolf-cham.ch
<b>KISS Cham</b>	Seniorentanz Cham	Kath. Kirche Cham Pfarreiheim	FR, 14.00-17.00 15.10., 26.11.17.12.	Eintritt CHF 10.00	KISS/Karin Pasamontes, 076 443 38 58 info@kiss-cham.ch
<b>KISS Cham</b>	Smovey Walking Treff	Hirsgarten Cham	MO, 09.00-10.00	keine	KISS/ Beat Wälchli, 079 786 36 24 info@kiss-cham.ch
<b>Frauensportverein Cham</b>	Fit im Alter	Röhrliberg 1, Cham Städtli 1, Cham	MO, 18.45-19.45 DI, 17.30-18.30	CHF 90.00	Helen Zimmermann, Cham, 041 780 90 22 helen.zimmermann@bluemail.ch
<b>Gemeinde Cham</b>	Bewegungsstunden	Generationenplatz Buel	Do, 14.30 - 15.30 SA, 09.00 - 11.00	keine	Fabienne Renfer, 041 723 89 63 fabienne.renfer@cham.ch
<b>Gemeinde Cham</b>	Spielen, Bewegen & Erleben (Broschüre)	Soiel- und Bewe- gungsplätze in Cham	Individuell	keine	Jugend- und Gemeinwesenarbeit Cham 041 723 89 60, fabienne.renfer@cham.ch

Organisator/in	Bezeichnung	Ort	Wann	Kosten	Kontakt
Pro Senectute	Acquifitness	Hallenbad Röhrliberg Cham	MO, 15.00 - 15.45	CHF 12.00/ Lektion exkl. Eintritt	Pro Senectute, Zug, 041 727 50 50 info@zg.prosenectute.ch
Pro Senectute	GymFit	Spiegelsaal Röhrliberg Cham	DI, 08.45 – 09.45 DI, 15.00 – 16.00	CHF 75.00 pro ½ Jahr	Pro Senectute Zug, 041 727 50 50 info@zg.prosenectute.ch
Pro Senectute	GymFit	Turnhalle Hagendorn	MI, 08.30-09.30	CHF 75.00 pro ½ Jahr	Pro Senectute, Zug, 041 727 50 50 info@zg.prosenectute.ch
Pro Senectute	Gedächtnis und Bewegen	Gemeinwesenzentrum Cham	MO, 09.00-10.00	CHF 150.00	Pro Senectute, Zug, 041 727 50 50 info@zg.prosenectute.ch
Pro Senectute	Bewegung zu Hause DomiGym	zu Hause	Nach Absprache	CHF 15.00 10er- Abo	info@zg.prosenectute.ch
Turn- und Sportverein St. Andreas, Cham	Senioren	Röhrliberg Cham	DO 20.15 – 21.45	CHF 50.00	041 850 59 33 Walter Stäuble w.staeuble@bluewin.ch

Sie kennen weitere Angebote für Seniorinnen und Senioren in der Gemeinde, die wir hier nicht abgeführt haben oder Sie vermissen ein Angebot?  
Sehr gerne nehme ich Ihre Rückmeldungen entgegen:

Marianne Fischer, Eichstrasse 18, 6330 Cham - 079 436 56 62 - marianne.fischer@altern-in-cham.ch