

Mobilität erhalten

Region Olten-Gösgen

Mit leichter Gymnastik, die Beweglichkeit und Mobilität erhalten und die geistige Fitness trainieren. Kommen Sie zu einer unverbindlichen Schnupperlektion vorbei.

Ort **Dulliken**, Alters- und Pflegeheim Brüggli
Daten jeweils Montag, 10.00 Uhr, Männergruppe
Jeweils Mittwoch, 9.00 Uhr oder 10.00 Uhr

Ort **Wangen**, Wohn- und Pflegezentrum
Tertianum Brunnematt
Daten jeweils Montag, 15.00 Uhr

Ort **Trimbach**, Wohn- und Pflegezentrum
Tertianum Oasis
Daten jeweils Donnerstag, 10.15 Uhr

Ort **Olten**, Alters- und Pflegeheim Ruttigen
Daten jeweils Freitag, 10.15 Uhr

Ort **Olten**, Alters- und Pflegeheim Weingarten
Daten jeweils Mittwoch, 9.00 Uhr oder 10.00 Uhr

Die Lektionen dauern 60 Minuten. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die Angebote richten sich an die Heimbewohner und externe Interessierte.

Kontakt: Pro Senectute Fachstelle für Altersfragen
Olten, Tel. 062 287 10 20