

Train the brain durch Bewegung geistig fit bleiben

Mit diesem Bewegungsprogramm erleichtern wir Menschen viele altersbedingte Herausforderungen. Das unterhaltsame Aktivitätskonzept verfolgt das Ziel mit spielerischen Übungen das Gehirn zu vernetzen und so eine gesamtheitliche Verbesserung in allen Bereichen (u.a. Alzheimer-/Demenzvorsorge) zu schaffen. Menschen mehr geistige und körperliche Fitness und somit mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter zu ermöglichen, ist unsere gelebte Mission.

Mitnehmen

bequeme Kleidung, Trinkflasche (keine Umkleieräume vorhanden)

Datum / Zeit

176: Dienstag 12.08. – 23.09.2025 (7x) 15.00 – 16.00 Uhr

CHF 140

[Link zum Anmeldeformular](#)

177: Dienstag 21.10. – 16.12. (8x) 15.00 – 16.00 Uhr

Ausfall: 18.11.2025

CHF 160

[Link zum Anmeldeformular](#)

178: Dienstag 21.10. – 16.12 (8x) 16.15 – 17.15 Uhr

Ausfall: 18.11.2025

CHF 160

[Link zum Anmeldeformular](#)

Ort

Pfadihaus Uznach, am Steinenbach (hinter TC Platz), 8730 Uznach

Leitung

Patricia Wälli

Anmeldung und weitere Auskünfte

Pro Senectute Zürichsee-Linth, Escherstrasse 9B, 8730 Uznach

055 285 92 40 / uznach@sg.prosenectute.ch

