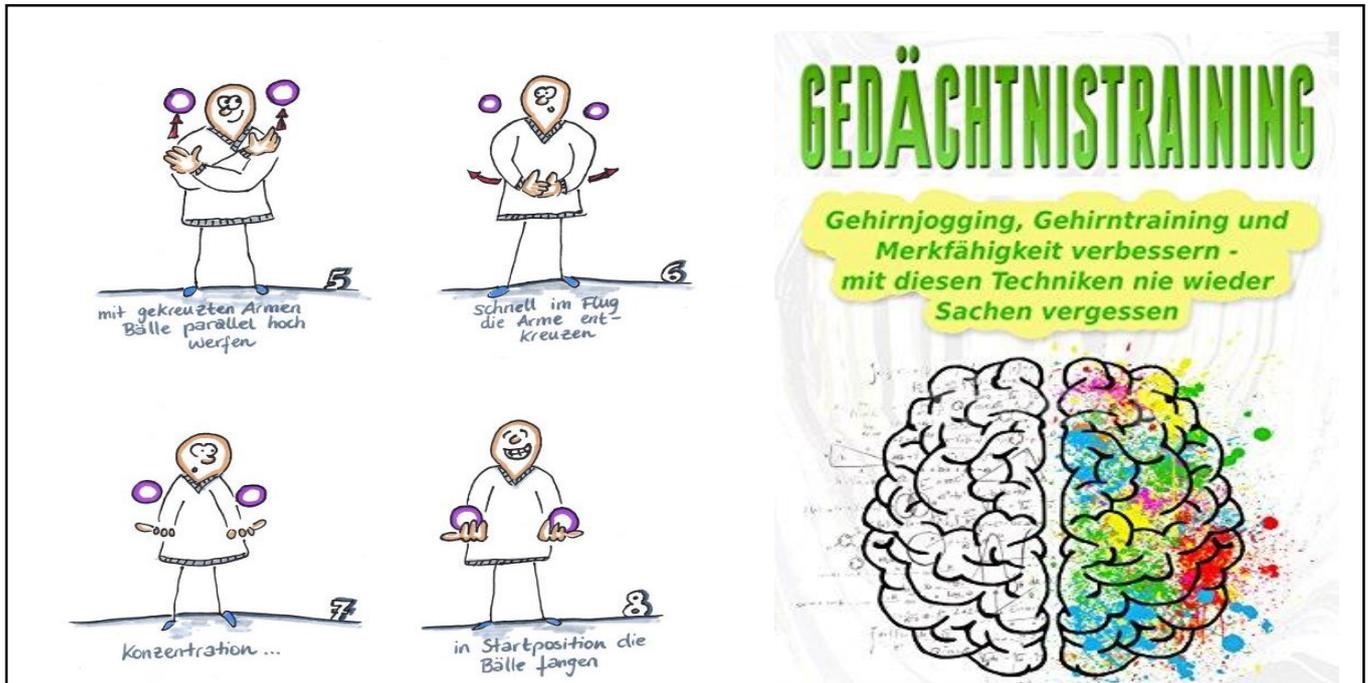


Gehirn- und Körperfitness



Freitag, 12. + 19. + 26. Juni 2020, 11:00 – 12:00 Uhr
Gehörlosenzentrum, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich

Inhalte und Ziele

- Zusammen aktiv sein und beweglich bleiben.
- Gehirn Konzentration verbessern.
- Mit Fitness die Gesundheit fördern.
- Verschiedene Techniken und Übungen anwenden.

Zielgruppe	Senioren, Interessierte
Kursleitung	Fachperson(en)
Sprache	Gebärdensprache
Kosten	Fr. 20.-- pro Person (Preis angepasst wegen BSV)
Anzahl	5 - 8 Personen
Mittagessen	wenn gewünscht, bitte bei uns anmelden.
Anmeldeschluss	6. Juni 2020 an z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch