

Angebote vom Montag 17. Februar 2025
anmelden bei

Fitness und Gymnastik 60+	8:30-9:30 Bruder Klaus, Altdorf	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Fit dank Baby Kids Fitness für dich und gleichzeitig wird dein Kind im Alter von ca. 1-4 Jahre alt spielerisch und sportlich in der Entwicklung gefördert!	9:00-10:00 Turnhalle Winkel, Altdorf	Fit dank Baby Uri Beatrice Baumann beatrice.baumann@fitdankbaby.ch 079 248 94 07	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Engpassdehnung LNB	9:15-10:45 Grossriedstr. 2, Seedorf	BE_LINDA Belinda Zraggen belinda.zraggen@bluewin.ch 079 343 27 44	Sportbekleider, Trinkflasche und Tüechli
Fitness und Gymnastik 60+	9:30-10:30 Bruder Klaus, Altdorf	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Fitness und Gymnastik 60+	9:30-10:30 Turnhalle Gurtellen	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Fit dank Baby Outdoor Gemeinsames Konditions- und Ausdauertraining für Mamis oder Dädis mit Kinder ab ca. 3Mt. bis ca. 4Jahren im Kinderwagen oder Veloanhänger	10:00-11:00 Rudenzpark Flüelen	Fit dank Baby Uri Beatrice Baumann beatrice.baumann@fitdankbaby.ch 079 248 94 07	
Yoga 60+	10:30-11:30 Pine, Altdorf	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	
Fitness und Gymnastik 60+	13:45-14:45 Schulhaus Gehren, Flüelen	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Fitness und Gymnastik 60+	14:00-15:00 Mehrzweckhalle Haldi	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Gesundheitsgymnastik	14:00-15:00 Turnhalle Winkel, Altdorf	Vitaswiss Theres Inderbitzin-Iten sifti@bluewin.ch 077 450 37 89 keine Anmeldung nötig	Turnbekleidung
Fitness und Gymnastik 60+	15:30-16:30 Turnhalle Winkel, Altdorf	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Fitness und Gymnastik 60+	15:45-16:45 Turnhalle Attinghausen	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Fitness und Gymnastik 60+	16:00-17:00 Sporthalle Bürglen	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Funktionelle Gymnastik	17:00-18:00 Turnhalle, Attinghausen	Vitaswiss Attinghausen Daniela Lauener-Sicher lauener.daniela@bluewin.ch 077 435 89 82 keine Anmeldung nötig	bequeme (Sport)Kleidung, Hallenturnschuhe/Turnfinken/Noppensocken
Bodytoning	18:00-19:00 Step In, Altdorf	Bodytoning Uri Beatrice Baumann beatrice.baumann@fitdankbaby.ch 079 248 94 07	Hallenschuhe, Tüechli, Getränk
Bodytoning	18:30-19:30 Grossriedstr. 2, Seedorf	BE_LINDA Belinda Zraggen belinda.zraggen@bluewin.ch 079 343 27 44	Sportbekleider, Trinkflasche, Tüechli und Hallenschuhe)
Fitness und Gymnastik 60+	18:30-19:30 Turnhalle Isenthal	Pro Senectute info@ur.prosenectute.ch 041 870 42 12	Sportkleider und Hallenturnschuhe
Bodytoning	19:00 - 20:00 Step In, Altdorf	Bodytoning Uri Beatrice Baumann beatrice.baumann@fitdankbaby.ch 079 248 94 07	Hallenschuhe, Tüechli, Getränk
Rhythm&Flow Eine Fusion aus Bauchtanz- und Yoga Elementen	19:45 Urvani, Lehnplatz 20, Altdorf	Natalie Nikolska kontakt@urvani.ch 079 934 14 39	bequeme Kleidung
Karate Schnupperstunde	20:00-21:00 Gotthardstr. 31, Altdorf vor dem Dojo im UG	Karate Taisho Toni Romano info@taisho.ch 041 210 10 22	Sportkleider, keine Turnschuhe (Training barfuss)
Turnen für Frauen	20:00-21:30 Sporthalle Bürglen Halle 1+2	Frauensport Bürglen Vreni Müller frauen@frauensport-buerglen.ch 079 861 39 62 keine Anmeldung nötig	Sportkleider und Hallenturnschuhe
diverse Kurse Aquawell, Osteofit, Rückenturnen 50+ Kostenlose Schnuppermöglichkeiten	www.rheumaliga.ch/ursz/kurse	Rheumaliga Uri und Schwyz Arnold Mary info@ursz.rheumaliga.ch 041 870 40 10	Aquawell: Badekleid und Tuch Gymnastikkurse: Turnschuhe und Sportkleider