



FRAUENRIEGE  
TEGERFELDEN

## Allroundgruppe

**Wir haben für interessierte Frauen ab 65 Jahren etwas zu bieten!**

Walken, Spazieren, Turnen, Velofahren und Plausch

<b>Kursdaten:</b>	Jahresprogramm 2023 siehe Rückseite
<b>Zeit:</b>	Dienstag ab 13:45 Uhr
<b>Kurskosten:</b>	CHF 20.00 für das Jahr 2023
<b>Ansprechperson/Leiterin:</b>	Andrea Bächli Tel: 079 645 55 75 <a href="mailto:baechli.andrea@gmx.ch">baechli.andrea@gmx.ch</a>
<b>Leiterin:</b>	Ilga Jefimova Tel: 076 211 22 01 <a href="mailto:ilga.jefimova@bluewin.ch">ilga.jefimova@bluewin.ch</a>
<b>Treffpunkt:</b>	Vor der Mehrzweckhalle
<b>Turnen:</b>	Turnschuhe, Trinkflasche
<b>Walken/Laufen:</b>	Wetterentsprechende Kleidung, Trinkflasche und gutes Schuhwerk
<b>Velofahren:</b>	Jeder Teilnehmer ist für die Betriebssicherheit seines Fahrrades selbst verantwortlich. Helmpflicht ist unabdingbar, Leuchtweste
<b>Plausch:</b>	Gute Laune
<b>Versicherung:</b>	Ist Sache der Teilnehmer