Senior/innen Gymnastik Bubendorf

Vielseitige, allgemeine Bewegungen, Erhalten und Fördern der Beweglichkeit, Förderung der sozialen Gemeinschaft für Ehepaare und Einzelpersonen, Fördern und Erhalten der Koordination, Krafttraining mit dem eigenen Körper.
Trotz der Vorgaben bleibt die Veränderung der Gesundheit vorhanden.

Frieda Tschudin
4410 Liestal Fraumattstrasse 39/4

061 921 38 20
f.tschudin@bluewin.ch