


# FRAUENRIEGE

## Unsere Hauptanliegen:



**Möglichst lange körperlich und geistig fit bleiben. Unsere Turnstunden sind sehr abwechslungsreich; «Schnuppernde», Ihr seid jederzeit lich willkommen.**

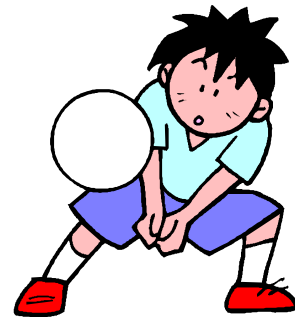


### Hauptgruppe

Am **Mittwoch** 20.15 Uhr – 21.45 Uhr  
im Schulhaus Hungerbühl Halle F.

### Volleyball

Unser Training ist am **Montag** 20.00 Uhr – 21.45 Uhr  
im Schulhaus Ebnet.



### Volleyball der Seniorinnen

Jeden **2. Donnerstag** um 20.00 Uhr im Schulhaus Hungerbühl alte Halle.

### In der Seniorinnenabteilung,

die wir «**Stöckli**» nennen, aktivieren, dehnen und entspannen wir unsere Muskeln und Gelenke. Grossen Wert legen wir auf die Pflege der Kameradschaft.

**Mittwoch** von 18.45 Uhr – 20.15 Uhr Schulhaus Hungerbühl Halle D.

Auskünfte erteilen:

Helena Kappler, Präsidentin,  
und Jutta Seemann (Volleyball),

Tel. 044 865 23 25  
Tel. 044 865 52 79

**(Nordic)**



**Walking**

**Zeit**

**Montags um 08.00 Uhr**

**Treffpunkt**

**Parkplatz Helena Kappler  
Schützenhausstrasse 59**

**Velofahren, walken, je nach Lust, Laune, Wetter**

**Zeit**

**Donnerstags, um 18.30 Uhr**

**Auskunft erteilt**

**Vrene Muggli, Tel. 044 865 58 83**

**Treffpunkt**

**Parkplatz Radio TV Hirsbrunner**

**Walken**

**Zeit**

**Freitags um 07.45 Uhr**

**Treffpunkt**

**Ref. Kirchgemeindehaus**