

**Liechtensteiner Seniorenbund / fitness 50+
Bewegungsangebote in Schellenberg**

Seniorenturnen

Tag/Zeit: jeden Dienstag von 16.00 – 17.00 Uhr
Ort: Turnhalle Schellenberg

Männerturnen

Tag/Zeit: jeden Dienstag von 17.30 – 18.30 Uhr
Ort: Turnhalle Schellenberg

Nordic Walking in Ruggell

Tag/Zeit: jeden Donnerstag von 14.00 – 15.15 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz bei der Sportanlage Widau in Ruggell

Soft Nordic Walking – langsames walken

Tag/Zeit jeden Mittwoch 14.00 – 15.15 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Freizeit-und Sportanlage Widnau, Ruggell

Internat. Folkloretanz, Ruggell

Tag/Zeit: 2. Und 4. Freitag im Monat 16.30 – 18.00
Ort: Musikhaus/ Raum Chöre

Unsere Kurse finden während des ganzen Jahres **ausser in den Schulferien** statt.
Ein Einstieg ist jederzeit möglich – „Schnupperlektion“ ist gratis!

Auskunft und Anmeldung für alle Kurse:

Liechtensteiner Seniorenbund
fitness 50+
Austrasse 13
9490 Vaduz
Tel. 230 48 00