



ST.KATHARINA
KATHOLISCHE KIRCHE

Fit für den Alltag **Gymnastik für Frauen zur Musik**

Dienstag,
13.45 – 14.45 Uhr
im gr. Saal



Wir sind die **Damen 50plus** (vom SportClub Affoltern)

Was wir tun: Wir stärken regelmäßig unser Muskelkorsett und fördern unsere Beweglichkeit und Balance.

Schnuppern jederzeit möglich – wir freuen uns auf Sie.

Termine 2025: Jeden Dienstag (Ferien ausgenommen)

Ort: Saal St. Katharina

Kosten: Fr. 130.- im Jahr