

sicher stehen

sichergehen.ch



Bewegungskultur für jedes Alter

Montag, 2. März 2020, ab 18.00 Uhr

Mobilität erhalten – unabhängig bleiben

Vortrag und Präsentation

Gleichgewichtstraining und Sturzprävention

Für aktive Erwachsene und Senioren

...und solche die es werden wollen.

Für selbständige Seniorinnen und Senioren

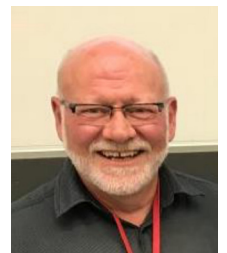
...die unabhängig und selbständig bleiben wollen.

Für Leitende von Bewegungsangeboten für Erwachsene

...aus dem Bereich asiatischer Bewegungsaktivitäten.

Referent: Peter Nydegger

Botschafter der Kampagne Sichergehen der bfu
Experte Senioren- und Erwachsensport BASPO
Ressortleiter Breitensport SKF



Programm:

18.00 Uhr Vortrag (für Alle)

19.00 Uhr Praxis (freiwillig)

Ort:

Shotokan Karateschule Wallisellen

Neue Winterthurerstrasse 75A

8304 Wallisellen

Fr. 10.- für ZKKV Mitglieder

Fr. 15.- für Nicht-ZKKV Mitglieder



Sicher stehen – sicher gehen



www.sichergehen.ch