



Verein Weiterbildung Küssnacht

www.verein-weiterbildung.ch

Pro Senectute - Kurse

Mit Sport und Bewegung im Alter bleiben Sie gesund!

Regelmässige Bewegung hilft Ihnen, sich bis ins hohe Alter fit und gesund zu fühlen:
Wandern, Fitness und Gymnastik,
Velofahren, Nordic Walking oder Tanzkurs.



In Küssnacht werden angeboten:

Wandern jeweils am Freitag (siehe FS)

Fit-Gym – Bewegung im Alter

Mi 14.00 in Immensee, Freitag 09.15 in Küssnacht, 08.45 in Merlischachen

Line Dance Anfängerkurs am Freitag 10.30 in Küssnacht

Bildung: Geistig fit bleiben bis ins hohe Alter

Es gibt immer wieder Neues zu entdecken und zu lernen. Besuchen Sie einen Sprachkurs für Senioren, einen Computer- oder Internetkurs, Kurse oder Vorträge im Bereich Alltag und Gesundheit und lassen Sie sich überraschen, wie einfach das Lernen im Alter ist.



**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

Pro Senectute Kanton Schwyz

Beratungsstelle Innerschwyz

Bahnhofstrasse 29, Postfach 453

6440 Brunnen

Telefon: 041 825 13 83

Montag bis Freitag von 08.00 bis 11.30 Uhr

beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

www.sz.prosenectute.ch