



Sport im Seefeld

Frauen und Männer gemeinsam

Montag:

Fit über Mittag	Mo	12:15 – 13:00 h	Seefeld (7)	Maja/Silvia	2 Coup.*
Fit im Wasser	Mo	12:30 – 13:15 h	GZ Riesbach(2)	Marion	
Abo. Fit im Wasser 10 Coupons 180.- CHF					

Dienstag :

F.I.T.	Di	19:00 – 20:00 h	Mühlebach(3)	Silvia	2 Coup.*
--------	----	-----------------	--------------	--------	----------

Freitag:

Qigong/Taiji Quan	Fr	13:45 – 14:45 h	GZ Riesbach (2)	Rosetta	3 Coup.*
Ganzkörpergymnastik	Fr	15:00 – 16:00 h	GZ Riesbach (2)	Rosetta	3 Coup.*

Keine Anmelden nötig, einfach hereinschauen und mitmachen!

- 1 Bildungszentrum für Erwachsene, Mühlebachstrasse 112
- 2 GZ Riesbach, Gymnastikraum, Schwimmbad Seefeldstr. 93
- 3 Mühlebach, Mühlebachstrasse 71
- 4 Hofacker, Hofackerstrasse 45
- 5 Kartaus, Kartausstrasse 9
- 7 Seefeld, Seefeldstrasse 131
- 9 Neumünster, Neumünsterstr. 25



VELO-ELSENER.CH
 Seefeldstrasse 24 8008 Zürich
 Tel: 044 261 51 51, info@velo-elsener.ch



Sport im Seefeld

Jugend

Kinderturnen

1.+2.Kiga	Mo	15:45 – 16:30 h	Neumünster(9)	Katrin	160./Jahr
1.-3. Klasse	Mo	16:30 – 17:30 h	Neumünster(9)	Katrin	160./Jahr
Eltern-Kind	Do	16:30 – 17:30 h	Kartaus(5)	Karen	10.-/Lekt.

Frauen unter sich

Fitness + Gymn.	Di	20:00 – 21:30 h	BiZE(1)	Hedla	120.-/Jahr
-----------------	----	-----------------	---------	-------	------------

Männer unter sich

Turnen ab 60J	Di	17.30 – 19:00 h	Hofacker(4)	Peter	120.-/Jahr
Turnen	Di	20:00 – 21:30 h	BiZE (1)	Ralph	120.-/Jahr

Volleyball mixed

Spielabend Top	Mo	20:00 – 21:45 h	Mühlebach(3)	Carmen	130.-/Jahr
Spielabend	Mi	20:00 – 21:45 h	BiZE (1)	Theo	130.-/Jahr
Meisterschaft	Fr	19:00 – 21:45 h	BiZE (1)		

Ferien: Winterferien 24.12.2018 – 4.1.2019, Sportferien 11.2. – 22.2.2019

Frühlingsferien 18.4. – 3.5.2019, Sommerferien 15.7. – 16.8.2019

Feiertage: Sechseläuten 8.4.2019, Pfingstmontag 10.6.2019



GH Druck GmbH · Digital & Offset
 www.ghdruck.ch