











Sportangebote Bezirk Affoltern

Ortschaft	Sportart	Tag	Zeit	Einsatzort	Sportleiter	Telefon	Email
Affoltern a. A.	Fit/Gym vital	Mittwoch	12.45—13.45 Uhr	Schulhaus Ennetgraben	Marita Küng Gerda Stettler	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Fit/Gym leicht 	Mittwoch	14—15 Uhr	Schulhaus Ennetgraben	Marita Küng Gerda Stettler	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Everdance 	www.psz.ch/tanz			Martina Forster- Achermann	Geschäftsstelle 058 451 51 36	sport@psz.ch
	Orientalischer Tanz 	www.psz.ch/tanz			Marianne Zimmer Abrach	Geschäftsstelle 058 451 51 36	sport@psz.ch
Bonstetten	Everdance 	www.psz.ch/tanz			Claudia Kindschi Meuli	Geschäftsstelle 058 451 51 36	sport@psz.ch
Hausen a.A.	Velo	www.psz-sport.ch		div. Velotouren	Franz Georg Keel	044 764 03 02	fgkenergie@bluewin.ch
	Wandern	www.psz-sport.ch		div. Wandertouren	Lorenz Curt	044 764 07 22	lorenz.curt@bluewin.ch
	Wandern 	www.psz-sport.ch		div. Wandertouren	Theo Wiget	044 764 04 15	themawiget@bluewin.ch
	Wandern 	www.psz-sport.ch		div. Wandertouren	Vreni Zürcher	044 764 07 62	vreni.zuercher@datazug.ch
Hedingen	Fit/Gym leicht Frauen 	Mittwoch	14.30—15.30 Uhr	Schulhaus Güpff	Uta Koch	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
Knonau	Velo 	www.psz-sport.ch		div. Velotouren	Roland Heldner	079 200 06 29	roland.heldner@bluewin.ch
Maschwanden	Fit/Gym leicht Frauen 	Dienstag	16—17 Uhr	Schulhaus am Bach	Claudia Gaus	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
Mettmenstetten	Schneeschuhlaufen	www.psz-sport.ch		div. Touren	Jürg Graf	044 768 31 32	jugraf@bluewin.ch
	Velo	www.psz-sport.ch		div. Velotouren	Werni Meier	044 767 12 52 079 261 15 18	wernimeier@bluewin.ch
	Wandern 	www.psz-sport.ch		div. Wandertouren	Alice Huber	044 767 06 37	huber-tschumper@bluewin.ch
Kanton Zürich	Orientierungswandern	www.psz-sport.ch		div. Wandertouren	Peter Riek	044 860 57 89	peter.riek@hispeed.ch

Fit/Gym sportlich = dynamisches Training für Personen mit guter Fitness, **Fit/Gym vital** = Vielfältiges gymnastisches Training für Personen mit mittlerer Fitness, **Fit/Gym leicht** = Beschwingtes Bewegungsprogramm ohne Bodenübungen für Personen mit geringer Fitness (auch mit Bewegungseinschränkungen).

 **Dieser Kurs ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil er in besonderem Masse altersspezifischen Beeinträchtigungen entgegenwirkt.**