











Sportangebote Bezirk Bülach

Gemeinde	Sportart	Tag	Zeit	Einsatzort	Sportleiter	Telefon	Email
Bachenbülach	Fit/Gym vital	Montag	13.45—14.45 Uhr	MZR Im Baumgarten	Christine Jäger	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Fit/Gym leicht 	Montag	15—16 Uhr	MZR Im Baumgarten	Christine Jäger	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Tennis	www.psz.ch/tennis			Ursula Schrepfer	Geschäftsstelle 058 451 51 36	sport@psz.ch
Bülach	Fit/Gym vital Frauen	Dienstag	8.30—9.30 Uhr	Ref. Kirchgemeindehaus	Christine Jäger	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Fit/Gym leicht Frauen 	Dienstag	10—11 Uhr	Ref. Kirchgemeindehaus	Christine Jäger	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Velo	www.psz.ch/velo		div. Velotouren	Xaver Köppel	044 860 69 14	x.h.r.koepfel@bluewin.ch
	Mountainbike	www.psz.ch/mountainbike		div. Velotouren	Jakob Gehring	044 860 97 41	jakgehring@hispeed.ch
	Everdance 	www.psz.ch/tanz			Silvia Zengaffinen	Geschäftsstelle 058 451 51 36	sport@psz.ch
Eglisau	Wandern	www.psz.ch/wandern		div. Wandertouren	Walter Schibli	044 867 06 63	waschi118@bluewin.ch
Höri	Fit/Gym leicht Frauen	Montag	15.30—16.30 Uhr	Glatthalle	Patrizia Niedermann	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Nordic Walking 	Donnerstag	9—10 Uhr	Glatthalle	Margrith Wenk	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
Kloten	Everdance 	www.psz.ch/tanz			Werner Niederhäuser	Geschäftsstelle 058 451 51 36	sport@psz.ch
	Wandern 	www.psz.ch/wandern		div. Wandertouren	Marianne Hermann	044 813 40 37	maps.wandern@gmx.ch
Opfikon-Glattbrugg	Aqua-Fitness (zurzeit kein Angebot) 	Dienstag	9.20—9.50 Uhr	Hallenbad Bruggwiesen	Madeleine Huwiler	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Aqua-Fitness (zurzeit kein Angebot) 	Dienstag	9.55—10.25 Uhr	Hallenbad Bruggwiesen	Madeleine Huwiler	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Aqua-Fitness (zurzeit kein Angebot) 	Dienstag	10.30—11.00 Uhr	Hallenbad Bruggwiesen	Madeleine Huwiler	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
Rafz	Fit/Gym sportlich	Montag	7.15—8.15 Uhr	Turnhalle Schulhaus Götzen	Sylvia Sigrist	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
Winkel	Fit/Gym leicht 	Montag	9.30—10.30 Uhr	Saal Sigristenstiftung	Ruth Gut	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
	Fit/Gym vital Frauen	Mittwoch	10—11 Uhr	Turnhalle Grossacher	Ruth Gut	Geschäftsstelle 058 451 51 66	sport@psz.ch
Kanton Zürich	Orientierungswandern	www.psz.ch/orientierungswandern		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.**