



HERZLICH WILLKOMMEN

## Angebote für Kinder und Jugendliche

### **Kinderturnen**

Neue Turnhalle Bonaduz

**Montag, 15.30–17.00 Uhr**

Leitung: D.Gees, U.Flütsch, C.Salerno

### **Kids Dance 1**

Alte Turnhalle Bonaduz

**Dienstag, 16.15–17.15 Uhr**

Leitung: Anja Venzin, Raquel Jud

### **Kids Dance 2**

Alte Turnhalle Bonaduz

**Dienstag, 17.20–18.20 Uhr**

Leitung: Anja Venzin, Raquel Jud

### **Tanzmix**

Alte Turnhalle Bonaduz

**Mittwoch, 18.00–19.00 Uhr**

Leitung: Raquel Jud, Neva Finschi

### **Hip Hop I**

Alte Turnhalle Bonaduz

**Dienstag, 18.30–19.30 Uhr**

Leitung: Raquel Jud, Neva Finschi

### **Hip Hop II**

Alte Turnhalle Bonaduz

**Freitag, 19.30–20.30 Uhr**

Leitung: Raquel Jud, Neva Finschi

Interessierte sind überall herzlich willkommen und dürfen gerne **dreimal Schnuppern**.

Kosten: Fr. 100.– / Schuljahr  
(ab 18. Altersjahr in Ausbildung: 120.– / Schuljahr)  
(weitere Informationen auf unserer Homepage)





HERZLICH WILLKOMMEN

## Angebote für Erwachsene

### **Gymnastik 60+**

Alte Turnhalle Bonaduz

Montag, 15.30–16.30 Uhr

Leitung: Claudia Buchli

### **Linedance**

Neue Turnhalle Bonaduz

Montag, 19.30–20.30 Uhr

Leitung: Susanne Züger

### **LatinFit (ehem. Zumba®)**

Alte Turnhalle Bonaduz

Dienstag, 19.30–20.30 Uhr

Leitung: Patricia Kalt

### **Aerobic & Body Forming**

Alte Turnhalle Bonaduz

Mittwoch, 9.00–10.10 Uhr

Leitung: Susanne Züger

### **Bewegter Rücken**

Alte Turnhalle Bonaduz

Donnerstag, 19.00–20.00 Uhr

Leitung: Rahel Striegel

Interessierte sind überall herzlich willkommen und dürfen gerne **dreimal Schnuppern**.

Einfache Mitgliedschaft: Fr. 140.– / Schuljahr  
Erweiterte Mitgliedschaft: Fr. 250.– / Schuljahr  
(weitere Informationen auf unserer Homepage)

