



gZ  
in der  
au



# Bewegung fürs Gedächtnis

Bewegung ist wichtig für unser Gehirn.

Mit viel Spass trainieren wir zusammen unser Gedächtnis. Unter anderem über Brain-Gym-Übungen und gezielte Bewegungsspiele.

Dieser Kurs eignet sich speziell für Senior/innen.

<b>Daten</b>	Donnerstag, 20. August bis 10. Dezember 2026, 14.00 bis 14.50 Uhr (14x)
<b>Ausfälle</b>	8./15. Oktober (Herbstferien) sowie 26. November 2026 (Ustermärt)
<b>Kursort</b>	GZ In der Au
<b>Kursleitung</b>	Barbara Büsser-Bersorger, Bewegungspädagogin BGB
<b>Kurskosten</b>	CHF 308.00
<b>Anmeldung</b>	GZ In der Au In der Au 1, 8604 Volketswil, Tel. 044 910 20 70, gemzen@volketswil.ch, <a href="http://www.volketswil.ch/kursprogramm">www.volketswil.ch/kursprogramm</a>