

GIMNASTICA PER SENIORS

DUNNAS ED UMENS

Moviment e sport promovon la sanada ed augmentan la qualidad da viver ed en cuminonza fa ei aunc pli bia plascher e motivescha. Seigies pia era Ti activs e separticipescha a nies cuors da gimnastica per seniors.



- **Vella, halla casa da scola**
- mardis 13.30 - 14.30 uras
- naven dils 22-10-2024
- cuosts: 85 fr. per 12x
- menadra: Trudi Cantieni



CUMBINIALA
perseniors.

- infos ed annunzias tier la menadra Trudi sut 079 537 98 50 ni sut:
pertuts@cumbiniala.ch
- il cuors vegn menaus atras tier silmeins 5 annunzias
- segirada ei caussa da mintga singul/mintga singula