



**AKTIVE
SENIOREN
SEMPACH**

**60 plus
Fitnessstraining
Männer 2026_2**

ab 10. Aug. jeweils am Montagmorgen

Leiterteam: Hanspeter Murer 041 460 22 33, 076 812 33 22

Edi Schürch, Franz Steiger

Weiteres siehe auch: www.aktive-senioren-sempach.ch

Datum	Training	jeweils Montag
10.Aug.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
17.Aug.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
24.Aug.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
31.Aug.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
07.Sept.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
14.Sept.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
21.Sept.	Walking Besammlung Hexenturm	08.00 – max. 09.30
28.Sept.	Walking Besammlung Hexenturm	08.00 – max. 09.30
05.Okt.	Walking Besammlung Hexenturm	08.00 – max. 09.30
12.Okt.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
19.Okt.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
26.Okt.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
02.Nov.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
09.Nov.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
16.Nov.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
23.Nov.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
30.Nov.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
07.Dez.	Turnhalle Felsenegg	08.00 – 09.00
14.Dez.	Abschlusshöck	Ca. 10.00 – 15.00 Einladung folgt