

## Kosten

CHF 6.– pro Teilnahme. Der Betrag wird bar eingezogen.

## Unverbindliche Probelektion

Für eine unverbindliche und kostenlose Schnupperstunde wenden Sie sich bitte direkt an die entsprechende Leiterin. Sie beantwortet gerne Ihre Fragen und informiert Sie über den genauen Ort, Zeit usw.

## Kleidung

Wir empfehlen leichte Kleidung, Trainingsanzug, Hallenschuhe oder Gymnastikschuhe.

## Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Pro Senectute Appenzell App. AR  
Gossauerstrasse 2  
Postfach 1330  
9102 Herisau

Telefon 071 353 50 30  
info@ar.prosenectute.ch  
www.ar.prosenectute.ch

Postkonto 90-2429-5  
IBAN CH19 0900 0000 9000 2429 5

Sie erreichen uns am Besten von  
8:30 bis 11:30 Uhr.

Beratungsstellen in  
Herisau, Trogen und Heiden

**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER



**Turnen und  
Gymnastik**  
Für mehr Lebensqualität

Appenzell  
Ausserrhodon



Lotteriefonds  
**Appenzell Ausserrhodon**

finanziert durch **SWISSLOS**



