

Verschiedene Informationen

Frauenverein Röthenbach i. e.

„An die Würfel, fertig, los“ - Spielenachmittag für Senioren/-innen

Ob „Uno“, „Eile mit Weile“ oder der gute alte Klassiker „Monopoly“: Gesellschaftsspiele machen einfach Spass. Wenn die Würfel kullern und die Figuren übers Brett hüpfen, dann steigt bei den Mitspielern, egal ob junger Hüpfen oder rüstiger Senior, die Spannung. Wir freuen uns auf zahlreiche und spannende Spielrunden. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt!



- Daten:** Donnerstag, 12. Oktober und
Donnerstag, 30. November 2017
- Wo:** grosser Hübelisaal, Röthenbach
- Wann:** ab 13.30 Uhr
- Mitbringen:** Eigene Spiele!
- Auskunft:** Vroni Schlüchter,
033 453 24 60 / 079 489 13 55

Beckenbodentraining – Zeit für mich

Mit Beckenbodenübungen kann man nicht nur Probleme wie Inkontinenz verhindern, sondern zugleich sind sie immer auch eine Möglichkeit, unserem Körper mehr Aufmerksamkeit zu widmen. Sind sie neugierig oder haben bereits einen Beckenbodenkurs besucht, dann sind sie herzlich willkommen an diesen Lektionen teilzunehmen.



- Datum:** 6-mal; 24. Oktober 2017,
21. November 2017, 9. Januar 2018,
20. Februar 2018, 27. März 2018 und
26. April 2018
- Leitung:** Verena Lehmann-Reber, Signau
- Wo:** kleiner Hübelisaal, Röthenbach
- Wann:** 20.15 bis 21.15 Uhr
- Kosten:** Fr. 11.– pro Abend
- Mitbringen:** Gymnastikmatte oder Wolldecke,
bequeme Kleidung, rutschfeste
Socken oder Turnschuhe, Frottétuch,
Getränke
- Versicherung:** Ist Sache des Teilnehmers
- Anmeldung:** Renate Kiener, 033 491 19 87 oder
hekibau@bluewin.ch oder Verena
Lehmann-Reber, 034 497 14 36

Unihockeyschule der Tigers Linden - Röthenbach



Suchst du Sport, Spiel und Spass?
Dann bist du bei uns genau richtig!

Möchtest du wissen, ob Unihockey dein neues Hobby werden könnte? Dann nimm doch an einem Schnupper-Training teil und lass dich vom Unihockeyfieber anstecken! Technik in Spielform, verschiedene Spiele und „Mätschlä“ werden dich begeistern!

- Ausrüstung:** Turnkleider und Hallenschuhe mitbringen; Stöcke und Schutzbrillen stehen zur Verfügung
- Alter:** ab Kindergartenalter
auch ältere Kinder sind erwünscht
- Trainingszeit:** Nach den Sommerferien starten die Trainings jeden Dienstag von 17.30 – 18.45 Uhr in der Turnhalle Linden
- Noch Fragen:** Monika Bieri 079 101 77 06
Komm einfach vorbei und mach mit.
Die Tigers freuen sich auf dich!

Schnupper-Training mit NLA Spielern der Unihockey Tigers in der Turnhalle Linden

Dienstag, 29.08.2017, 17.30 – 18.45 Uhr
Dienstag, 05.09.2017, 17.30 – 18.45 Uhr

