

DTV Aarau

Der DTV Aarau besteht seit 1906 und hat seine Heimat in der Zelgli-turnhalle, vis-à-vis der Bezirksschule Aarau. Unser Bewegungsangebot unter dem Motto «lernen, leisten, lachen» ist auf die Gesundheitsförderung und die Erhaltung der Leistungsfähigkeit ausgerichtet. Frauen jeglicher Konstitution und Kondition heissen wir an zwei Abenden pro Woche (Montag und Dienstag) willkommen zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten. Unsere Leiterinnen bereiten abwechslungsreiche Lektionen vor und fördern dabei Koordination, Gleichgewicht, Kraft und Mobilität. Mit Tänzen und Choreografien sowie kleinen Spielen und Stafetten werden auch die Hirnzellen gefordert. Dabei kommen Fröhlichkeit und Lachen nicht zu kurz. Für Kinder von 5–10 Jahren bieten wir am Mittwoch zwei Turnstunden an. Gesellige Aktivitäten wie gemeinsame Wanderungen, Vereinsreisen, Chlaushöcks etc. vermitteln ein schönes Zusammengehörigkeitsgefühl.

Turnstunden:

Montag 19.15–20.15 Uhr FitmitGym60+

Montag 20.20–21.20 Uhr abwechselnde Lektionen in Aerobic, Yoga, Dance-fitness (hier treffen sich die jüngeren Frauen).

Dienstag 19.30–20.30 Uhr Gymfit (Frauen ab 45/55+),

Dienstag 20.30–21.30 Uhr Netzball (für Ballsport liebende Frauen jeglichen Alters).

Kinderturnen:

Mittwoch 16.30–17.25 Uhr Kinder 5–7-jährig

17.35–18.30 Uhr Kinder 8–10-jährig

Turnen verbindet, bildet sozial Netzwerke, hält fit und gesund und es entstehen langjährige Freundschaften. Schnupperbesuche sind jederzeit möglich.



GEGRÜNDET

1906

PRÄSIDENT

Rosemarie Hunkeler

MITGLIEDER

100

LOKAL

Turnhalle Zelgli

KONTAKT

Rosemarie Hunkeler

056 496 37 73

rosemariehunkeler@sunrise.ch

www.dtvaarau.clubdesk.com