



# Frauensportverein St. Franziskus

## **\*Steckbrief\***

Gründungsjahr 1959

Unser Motto damals und heute:

### **Bewegen-mitmachen-fit bleiben bis ins hohe Alter**

Unser Sportangebot für Frauen besteht aus drei Turngruppen:

Freitag:	Gruppe 1	08.45 - 09.35	Pfarrzentrum
	Gruppe 2	09.50 - 10.40	St. Franziskus
	Gruppe 3	11.00 - 11.45	ohne Bodenübungen

Schwerpunkte:

- Gesundheitsgymnastik
- Ausdauer und Kreislauftraining
- Muskulatur kräftigen
- Wohlbefinden, Entspannung

„Spezielles“

- Vitaparcours
- Monatliche Wanderung
- Turnausflüge
- Besichtigungen / Führungen
- Festliche Anlässe

## **Wir freuen uns auf jede neue Turnerin**

**Kontaktadresse:** Präsidentin Cécile Weber, Simmlersteig 6,  
8038 Zürich, Natel: 076 367 38 30  
E-Mail: [info@sankt-franziskus.ch](mailto:info@sankt-franziskus.ch)  
[www.fsv.sankt-franziskus.ch](http://www.fsv.sankt-franziskus.ch)