



PREVENZIONE

Prevenire è meglio che curare!

***Corsi per anziani
autunno 2025
Benvenuti donne & uomini!!***

Lana

Pilates 60+

Luogo: Lana, distretto di Lana, via Andreas-Hofer 2

Data: 26 settembre 2025 - 10 incontri - **ve ore 8:30 – 9:30**

Relatrice: Nagy Agnes

Costo: € 55,00

Ginnastica e danza da seduti

Luogo: Lana, distretto di Lana, via Andreas-Hofer 2

Data: 06 ottobre 2025 - 10 incontri - **lu ore 15:00 – 16:00**

Relatrice: Unterholzner Barbara

Costo: € 53,00



Training per la memoria

Luogo: Lana, incontro anziani, via S. Martino 8

Data: 13 ottobre 2025 - 10 incontri - **lu ore 09:00 – 10:00**

Relatrice: Schaffler Maria Egger

Costo: a carico del club anziani di Lana

Ginastica

Luogo: Lana, incontro anziani, via S. Martino 8

Data: 23 settembre 2025 - 10 incontri - **ma ore 15:00 – 16:00**

Relatrice: Nagy Agnes

Costo: a carico del club anziani di Lana

Foiana

Ginnastica

Luogo: Foiana, casa di cultura, via Mayenburg 44

Data: **02 ottobre 2025** - 10 incontri - **gi ore 9:00 – 10:00**

Relatrice: Nagy Agnes

Costo: 30,00€ per membri
45,00€ per non soci

Chi riposa arrugginisce!

Gargazzone

Ginnastica

Luogo: Gargazzone, casa d'incontro

Data: **16 ottobre 2025** - 10 incontri - **gi** ore **9:00 – 10:00**

Relatrice: Satori Paola

Costo: € 55,00

Ginastica da seduti

Luogo: Gargazzone, casa d'incontro

Data: **16 ottobre 2025** - 10 incontri - **gi** ore **10:15 – 11:00**

Relatrice: Satori Paola

Costo: € 41,00

Danza per coloro che sono rimasti giovani!

Luogo: Gargazzone, casa d'incontro

Data: **07 novembre 2025** - 7 incontri - **ve** ore **9:00 – 10:30**

Relatrice: Hillebrand Margareth

Costo: € 53,00

Danza per coloro che sono rimasti giovani!

Luogo: Cermes, scuola elementare

Data: **15 ottobre 2025** - 10 incontri - **me** ore **17:00 – 18:30**

Relatrice: Hillebrand Margareth

Costo: € 75,00

Ginnastica

Lauregno

Luogo: Lauregno, scuola elementare

Data: **06 novembre 2025** - 7 incontri - **gi ore 14:00 – 15:00**

Relatrice: Breitenberger Barbara

Proves

Luogo: Proves, scuola elementare

Data: **09 ottobre 2025** - 10 incontri - **gi ore 15:30 – 16:30**

Relatrice: Breitenberger Barbara

Costo: € 55,00

S. Pancrazio

Luogo: S. Pancrazio, sala d'incontro

Data: **09 ottobre 2025** - 10 incontri - **gi ore 09:00 – 10:00**

Relatrice: Gruber Petra

Costo: € 55,00

S. Valburga

Luogo: S. Valburga, scuola media o casa di cultura

Data: **10 ottobre 2025** - 10 incontri - **ve ore 14:00-15:00**

Relatrice: Breitenberger Barbara

Costo: € 55,00

Tesimo

Luogo: Tesimo, sala d'incontro

Data: **03 novembre 2025** - 7 incontri - **lu ore 09:00 – 10:30**

Relatrice: Braun Maria

Costo: € 63,00

Acquagym

Val d'Ultimo

Luogo: San Nicolò, Hotel ORTLER

Data: 16 settembre 2025 – 7 incontri – **ma 09:00 – 10:00 Uhr**

Relatrice: Breitenberger Lisa, Fisioterapista

Costi: 112,00 Euro

Lana

Acquagym per persone con handicap

con il sostegno della festa dell' incontro

Luogo: Merano, Pastor Angelicus

Data: 8 ottobre 2025 – 10 incontri – **Me 14:30 – 15:30 Uhr**

Relatrice: Unterhofer Gertrude

Costi: 100,00 Euro

Non è necessario sapere nuotare!

PREVENZIONE

Buono

Prevenire è meglio che curare!

Cerchi un regalo?

*Scegli un buono dal nostro
programma di prevenzione!*

Informazioni & iscrizioni:

Reparto PREVENZIONE

Assistenza alle famiglie ed anziani società cooperativa sociale

via Andreas-Hofer 2 - 39011 Lana

Tel. 0473 55 30 34

angelika.hofer@fsd-lana.it / www.fsd-lana.it

Orario d'apertura: Lunedì - venerdì ore 08:00 - 12:00



Partecipazione: adattamento alla situazione!

Con il gentile sostegno:

Comuni del distretto
socio-sanitario di Lana

