

KISS Genossenschaft March



EINLADUNG

zu unserem KISS-Café

am Freitag, 23. Oktober 2026

14.30 – 16.30 Uhr

im Alters- und Pflegeheim Biberzelten
Biberzeltenstrasse 3, Lachen

Stuhlyoga mit Elvira Notari

Elvira zeigt uns Übungen, welche wir bequem in den Alltag einbauen können.

Damit gelingt es uns, noch lange beweglich zu bleiben!



Anschliessend gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen.

Anmeldung erforderlich bis 20. Oktober 2026!

www.kiss-march.ch oder 079 680 71 58

Für Mitfahrgelegenheit bitte melden.