



Rapperswil-Jona
Alter und Gesundheit

Hopp-la Fit im Grünfeldspark



Generationen in Bewegung

Hopp-la Fit ist ein Angebot der Stadt Rapperswil-Jona. Es findet montags von 9.30 bis 10.15 Uhr im Grünfeldspark Jona statt.

Bei den regelmässig stattfindenden Bewegungslektionen für Jung und Alt stehen das spielerische Trainieren des Gleichgewichts, Motorik, Kraft, Spass und Begegnung im Vordergrund. Einfach vorbeikommen und mitmachen! Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Daten 2025 (2. Halbjahr)

11. / 25. August
8. / 22. September
6. / 20. Oktober
3. / 17. November
1. Dezember (mit kleiner Adventsüberraschung)

Für weitere Informationen

Undine De Cambio Fachstelle Alter und Gesundheit
055 225 72 35 / undine.decambio@rj.sg.ch



Ein Projekt der Stadt Rapperswil-Jona in Zusammenarbeit mit: