



BEWEGT UND MOTIVIERT

Wir möchten Menschen dazu motivieren, sich zu bewegen und miteinander in Kontakt zu treten. Unsere playfit®-Geräte bieten eine schonende und ganzheitliche Trainingsmöglichkeit für alle Altersgruppen. Auf einfache und wirkungsvolle Weise können Kreislauf, Beweglichkeit, Kraft und Koordination gestärkt werden.

Kontakt

Alterszentrum Birsfelden
Hardstrasse 71
4127 Birsfelden
061 319 88 00

admin@az-birsfelden.ch
www.az-birsfelden.ch



playfit® outdoor - fitness



Stiftung
zur Hard





Unser Angebot

- Verschiedene Geräte für jedes Fitness Level
- Sowohl für Einsteiger als auch für sportlich Erfahrene geeignet unabhängig von individuellen Ambitionen
- Leicht und unkompliziert in der Handhabung
- Jederzeit in Alltags- oder Sportbekleidung nutzbar
- Jedes Gerät bietet vielfältige Trainingsvarianten
- kostenlos, jederzeit verfügbar

Mehr Informationen über
den Bewegungsparcours



STARK & VITAL

Die Geräte von playfit® stehen in unserem Aussenbereich hinter dem Alterszentrum Birsfelden. Sie bieten für jeden Fitnesslevel ein ganzheitliches Training Angebot.

Benutzerfreundlich in der Anwendung können Sie mit diesen Trainingsgeräten auf verblüffend einfache und spielerische Weise Kreislauf, Beweglichkeit, Kraft und Koordination in Schwung bringen.

Darüber hinaus fördert unser Bewegungsparcours Kontaktmöglichkeiten für Alt und Jung als generationenübergreifender Treffpunkt.

