

**Kontaktperson:**

Ilse Fleisch

**Projekträger:**

Zamma leaba

**Ziele des Projekts:**

Förderung körperlicher und geistiger Fitness sowie Geselligkeit und Gemeinschaft

**Zielgruppe:**

Frauen ab 60

**Laufzeit:**

Seit 1989

**Beteiligung:**

**Kooperation:**

Haus der Generationen

**Kosten:**

Kosten für Räumlichkeiten

**Finanzierung:**

Budget Zamma leaba

**Öffentlichkeitsarbeit:**

Berichte im Gemeindeblatt, zamma zitig, Homepage

**Club 60+**

Eine Gruppe von engagierten Seniorinnen treffen sich regelmäßig alle zwei Wochen und halten sich mit Gymnastik, Tanz und Spiele geistig wie körperlich fit und verbringen gemeinsame Zeit in einer geselligen Runde.

1989 hat sich im „Gesunder Lebensraum Götzis“ eine engagierte Gruppe von Frauen zusammengefunden, um Seniorinnen zu unterstützen und zu fördern – in der Bewegung, körperlich wie geistig, aber auch im sozialen Zusammenhalt. Frau Olga Kresser, guter Geist, Übungsleiterin, Mitinitiatorin, Ideengeberin, gründete gemeinsam mit Lore Ender und Maria Fickl den Club ab 60, oder heute Club 60+. Seit 2015 ist Ilse Fleisch in ihre Fußstapfen getreten und die Leitung von Olga Kresser übernommen.

Kurse, gemeinsames Wandern, Radfahren, Ausflüge, Gymnastik, Singen, Tanzen, Jassen, Stricken, Organisation von Seniorenbällen, Tanzauftritte bei Messen und Events u.v.m. wurden durchgeführt und viele Trainingsstunden dafür aufgewendet.



Freude und Spaß am gemeinsamen Tun und Auftrittserfolge entschädigten hierfür reichlich. Die Kraft der gemeinsam erlebten Momente sind nach wie vor präsent und in den Gesprächen und Erzählungen der Damen erleb- und spürbar.

Heute noch trifft sich die Gruppe regelmäßig alle vierzehn Tage, betreiben gemeinsam Gymnastik, halten sich spielerisch geistig und körperlich fit, tanzen und verbringen die Zeit gemeinsam in einer fröhlichen und geselligen Runde.

**Kontakt:**

Büro Zamma leaba im Haus der Generationen  
Schulgasse 5, 6840 Götzis

Dienstags von 8:30 bis 11:30 Uhr oder nach Vereinbarung

T: +43 (05523) 64050-419 F: +405

M: buero@zaemmaleaba.goetzis.at

H: [www.hdg-vorarlberg.at](http://www.hdg-vorarlberg.at)