



## Sport- und Bewegungsangebote im Kanton St. Gallen für Erwachsene

Sportart	Anbieter	Kontaktperson	Telefon/ Natel	E-Mail	Homepage
<b>ANTARA (Bewegung, Atmung, Entspannung)</b>					
Ebnat-Kappel	Aquafitness Toggenburg	Scheu Ruth Ebnat-Kappel	T 071 993 16 37	aqua.tb@bluewin.ch	www.aquafitness-toggenburg.ch
Niederuzwil	SVKT Frauen Fidesgruppe	Jung Pia Niederuzwil	T 071 951 79 25	pia.jung@gmx.ch	
St. Gallen	Sportcenter Ost	Hirsch Regula Wienacht	T 071 891 33 76 N 079 349 44 60	regula.hirsch@bluewin.ch	www.sportcenterost.ch
<b>Aqua Fitness (Wasserfitness)</b>					
Amden	Freie Gruppe	Marti Ines, Amden	T 055 611 20 16	ines_marti@bluewin.ch	www.aquafitines.ch
Altstätten	Privat	Zünd Margit, Rheineck	T 071 534 43 27 N 079 222 17 53	margit.zuend@gmx.ch	
Balgach	Privat	Zünd Margit, Rheineck	T 071 534 43 27 N 079 222 17 53	margit.zuend@gmx.ch	
Bütschwil	Aquafitness Toggenburg	Scheu Ruth Ebnat-Kappel	T 071 993 16 37	aqua.tb@bluewin.ch	www.aquafitness-toggenburg.ch
Degersheim	Privat	Ligterink Caroline Degersheim	T 071 370 01 66	selig10@bluewin.ch	www.komminbewegung.ch
Nesslau	Aquafitness Toggenburg	Scheu Ruth Ebnat-Kappel	T 071 993 16 37	aqua.tb@bluewin.ch	www.aquafitness-toggenburg.ch
St.Gallen	SLRG Region Ost	Altherr Ernst St.Gallen	T 071 311 49 66 N 079 435 49 05	ernst.altherr@bluewin.ch	
St. Gallen	Privat	Rohrer Ursula Roschach	T 071 855 43 02 N 079 289 62 58	rohrer.fam@bluewin.ch	
St.Gallen	AquaFit mit Peter Frick	Frick Peter Berg SG	T 071 455 18 72 N 079 470 59 16	pe.frick@bluewin.ch	www.aquafit-sg.ch
St. Gallen	Physiotherapeutin Zollet-Angehrrn	Zollet - Angehrrn Petra Flawil	T 071 393 94 94 N 079 330 42 09	angehrrn.physio@gmx.ch	
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St.Gallen	Kneipp-Verein St.Gallen	Sutter Margrit St.Gallen	T 071 244 80 84	rose_garden@bluewin.ch	www.kneipp.ch
St.Gallen	FitWell	Sieber Richard St.Gallen	T 071 244 01 06	fitrichi@hispeed.ch	



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Beckenboden-Training					
Henau	Vitamove Henau	Rahel Hopfengärtner Henau	T 071 951 14 02 N 079 388 91 73	info@vitamove.ch	www.vitamooove.ch
Waldkirch	Privat	Kreienbühl Heidi Waldkirch	T 071 433 20 02	heiwell@bluewin.ch	
Behindertensport (Polysportiv)					
Uzwil/ Umgebung	Behindertensportverein Uzwil und Umgebung	Erni Roland Oberuzwil	T 071 411 90 17	info@bsvuzwil.ch	www.bsvuzwil.ch
Bergsport					
Gossau	Naturfreunde Gossau	Müller Toni Gossau	T 071 383 16 21	tmueller@blackpoint.ch	naturfreunde-gossau.ch
St.Gallen	SAC Sektion St.Gallen Senioren	Berger Zwinggi Anaise Gossau	T 071 385 34 33	berger-zwinggi@bluewin.ch	www.sac-stgallen.ch
St.Gallen	Naturfreunde Sektion St.Gallen	Frischknecht Yvonne Herisau	T 071 350 03 09	info@naturfreunde-sg.ch	www.naturfreunde-sg.ch
St. Gallen Alpenraum	Bergführer	Tobler Urs St.Gallen	T 071 223 63 40 N 079 812 09 20	toju@zhaw.ch	
Jona / Rapperswil	Naturfreunde Jona-Rapperswil	Helbling Anton Jona	T 055 210 71 71	tthelbling@bluewin.ch	www.nf-jonarapperswil.ch
Bewegung (Ernährung, Wassergymnastik und Walking)					
Degersheim	Privat	Ligterink Caroline Degersheim	T 071 370 01 66	selig10@bluewin.ch	www.komminbewegung.ch
Billard					
Abtwil Säntispark	Pro Senectute	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen	Pro Senectute	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen	Billardclub St.Gallen	Morosi Giorgio St. Gallen	T 079 649 79 88	giorgio.morosi@bluewin.ch	www.billard-club-sg.ch
Boccia					
diverse Orte	Kantonaler Bocciaverband	Gerardi Gennaro Niederuzwil	T 071 951 19 15 N 079 608 65 04	regima@bluewin.ch	
Bodyforming					
Jona / Rapperswil	Freie Gruppe	Grab Ursi Wagen	T 055 212 45 56 N 079 613 60 69	ursi.grab@bluewin.ch	www.ursi-grab.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Bogenschiessen					
St. Gallen	Ostschweizer Bogenschützen St.Gallen	Helfenberger Christoph	Abtwil	T 079 831 30 75	obsbg@gmx.ch www.obsbg.ch
Curling					
St. Gallen	Curlingclub St.Gallen	Wallner Heidy	St. Gallen	T 071 222 79 74	heidy.wallner@bluewin.ch www.curling-stgallen.ch
Uzwil	Curling-Club Uzwil	Wurster Ulf	Flawil	T 071 393 31 56 N 079 320 77 63	wursterflawil@bluewin.ch www.curling-uzwil.ch
Eislauf					
Uzwil	Eisclub Uzwil	Herzog Annette	Oberuzwil	T 071 951 53 13	annetteherzog@bluewin.ch www.ecuzwil.ch
Faustball					
St. Gallen	Männer Sportverein Krontal	Engler Sepp	St. Gallen	T 071 244 56 15 N 078 690 40 09	
St. Gallen	TSV St.Otmar Faustball St.Gallen	Hofstetter Otmar	Degersheim	T 071 371 19 06	otmar.hofstetter@zurich.ch
Fechten					
St. Gallen	Fechtclub St.Gallen	Stefan Balog	St.Gallen	T 071 244 88 46	fechtclub-st.gallen@gmx.ch www.fechtclub-stgallen.ch
Feldenkrais - Bewusstheit d. Bewegung					
St. Gallen	Schweizerischer Feldenkrais-Verband	Klaus Remy	St. Gallen	T 071 277 90 42	remy-klaus@bluewin.ch
Fitness					
Engelburg	Ladyfit, TSV Engelburg	Künzle Christin	Engelburg	T 071 278 61 36	christin.kuenzle@gaiserwald.net www.tsvengelburg.ch
St. Gallen	SATUS Frauenriege	Lutz Elsbeth	St.Gallen	T 071 288 90 07	
St.Gallen	FitWell	Sieber Agi	St.Gallen	T 071 244 01 06 T 079 831 20 94	fitrichi@hispeed.ch
St. Gallen	Trev-x	Von Ow Bea	St.Gallen	T 071 245 43 25	info@trev-x.ch www.trev-x.ch
Staad	Frauenriege Staad	Weber Verena	Altenrhein	T 071 855 74 24	vreniwe@bluewin.ch
Tübach	TSV-Fit Tübach	Eichmann Peter	Tübach	T 071 845 37 70	holzin@bluewin.ch
Vilters	Männerriege Vilters	Bärtsch Marcel	Vilters	T 081 723 86 88	marzi.baertsch@hispeed.ch www.mrvilters.ch
Wittenbach	Turnverein STV Kronbühl-Wittenbach	Meier Ernst	Wittenbach	T 071 298 38 53	meier-ernst@bluewin.ch www.tvwittenbach.ch
Bazenheid	Frauenriege Bazenheid, STV	Priore Wilma	Wil	T 071 931 30 80 N 079 710 57 79	priore.wilma@bluewin.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Uzwil und Region	Herzgruppe Fürstenland "Fit fürs Herz" (Herzpatienten)	Niedermann Daniela Lenggenwil	T 071 947 25 93	d.schneider@thurweb.ch	www.herzgruppefuerstenland.jimdo.com
<b>Fussball</b>					
Gams	FC Gams	Schöb Ernst Gams	T 081 771 30 28	ernst.schoeb@fcgams.ch	www.fcgams.ch
Gossau	FC Gossau	Minikus Roland Arnegg	T 071 385 49 20	roland@minikus.ch	www.fc-gossau.ch
Kirchberg	FC Kirchberg	Güntensperger Paul Kirchberg	T 071 931 30 17	guentis@hotmail.com	www.fckirchberg.ch
Niederstetten	FC Niederstetten	Ledermann Ruedi Uzwil	T 071 951 60 40	ledermannr@gmx.ch	
Rheineck	FC Rheineck	Weber Urs Rheineck	T 071 888 39 77	arch.weber@bluewin.ch	
Schmerikon	FC Schmerikon	Stoll Marco Jona	T 078 817 17 66	spiko@fcschmerikon.ch	www.fcschmerikon.ch
St.Gallen	SC Brühl St.Gallen	Meier Paul Herisau	T 079 305 64 71	info@sc-bruehl.ch	www.sc.bruehl.ch
St.Gallen	FC Winkeln	Grünenfelder Eveline Engelburg	T 071 277 85 36	fcwinkeln@bluewin.ch	www.fcwinkeln.ch
<b>Gründenmoos</b>					
Weesen	FC Weesen /FC Regionen Amden, Schänis, Bilten, Weesen	Hämmerli Martin Schänis	T 055 615 25 10	haemmerli@dispodrom.ch	www.fc-weesen.ch
Wittenbach	FC Wittenbach	Hauser Armin Lömmenschwil	T 071 298 24 11	armin.hauser@schuetzengarten.ch	www.fcwittenbach.ch
<b>Gesundheitssport</b>					
Rapperswil	Karate Center	Benz Roland Rapperswil	T 055 210 05 50	info@karate-rapperswil	www.karate-rapperswil.ch
Sargans	Vitaswiss Sarganserland	Gygax Ruth Sargans	T 081 723 47 34	rugygax@rsnweb.ch	www.vitaswiss.ch
St. Gallen	Männerturnverein MTV St.Gallen	Geiger Robert St. Gallen	T 071 277 64 84	robert.geiger@bluewin.ch	
St. Margrethen	Männerriege STV St. Margrethen	Tscharner Gaudenz St.Margrethen	T 071 744 28 64	g.tscharner@bluewin.ch	www.stvstm.ch
<b>Gymnastik</b>					
Abtwil	Gründenmoos	Seeger Jacqueline Abtwil	T 071 311 45 42 N 079 449 66 67	jseeger@gaiserwald.net	
Altenrhein	Freie Gruppe	Weber Verena Altenrhein	T 071 855 74 24	vreniwe@bluewin.ch	
Altstätten	SVKT Frauenturngruppe	Fritz Brigitte Altstätten	T 071 755 33 33	info@senioerturnen.ch	
Andwil	SVKT Frauensportverein Andwil-Arnegg	Keller Hanny Arnegg	T 071 385 99 82		
Au	Männerriege Au	Weder Adrian Au	T 071 744 65 08	a.weder@swissonline.ch	http://mrau.ria.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Gymnastik					
Bronschhofen	unabhängig	Jung Pia Niederuzwil	T 071 951 79 25	pia.jung@gmx.ch	
Degersheim	Frauenriege Degersheim STV	Baumann Dora Degersheim	T 071 371 23 48	baumanscherrer@trioform.ch	
Engelburg	TSV Engelburg Gym-Senior	Bucher Ernst Engelburg	T 071 278 26 70	ernstbucher39@bluewin.ch	www.tsvengelburg.ch
Ernetschwil	SVKT Ernetschwil	Bernet Bernadette Gebertingen	T 055 284 22 14	bernet-baechtiger@bluewin.ch	
Flawil	SVKT Turnverein Flawil	Stevanon Emmi Flawil	T 071 393 14 69	emmi.stevanon@bluewin.ch	
Gossau	GymAllegro Flawil/Gossau	Kunz Alexandra Gossau	T 071 385 64 05	alexandra.kunz@gmx.ch	www.gymallegro.ch
Gossau	SVKT Frauensportverein Gossau	Mosberger-Brunner Monica	T 071 385 31 86	monica.mosberger@bluewin.ch	
Grabs	Frauenturnverein Grabs	Tanno Kathrin Grabs	T 081 771 51 53	oak.cerato@gmx.ch	
Jona / Rapperswil	Freie Gruppe	Grab Ursi Wagen	T 055 212 45 56 N 079 613 60 69	ursi.grab@bluewin.ch	www.ursi-grab.ch
Montlingen	Freie Gruppe	Fritz Brigitte Altstätten	T 071 755 76 64	brigitte@familie-fritz.ch	
Montlingen	SVKT Frauenriege Montlingen	Tiziani Sonja	T 071 761 12 17	b.tiziani@bluewin.ch	
Niederhelfenschwil	freie Gruppe	Hersche Vroni Niederhelfenschwil	T 071 947 11 06		
Niederuzwil	Pro Senectute	König Erika Niederuzwil	T 071 951 28 46	erikakoenig@gmx.ch	
Niederuzwil	STV Uzwil	König Erika Niederuzwil	T 071 951 28 46	erikakoenig@gmx.ch	
Niederuzwil	SVKT Frauensportverein Niederuzwil	Keller Hanny Arnegg	T 071 385 99 82		
Niederuzwil	SVKT Frauensportverband, Frauenriege Uzwil	Jung Pia Niederuzwil	T 071 951 79 25	pia.jung@gmx.ch	
Oberriet	KTV Frauenriege Oberriet	Ammann Margrit Oberriet Peter Brida Oberriet	T 071 761 17 92 T 071 761 33 11		www.ktvoberriet.ch
Rorschach	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen	Aktiv 50plus / Männer	Etter Sonja St.Gallen	T 071 222 09 19 N 079 335 19 48	etter-s@bluewin.ch	
St. Gallen	Frauensportverein St.Gallen Neudorf/Halden	Thoma Rita St.Gallen	T 071 288 65 03	ritathoma@gmx.ch	
St. Gallen	Gymnastik f. Sehbehinderte, Altersblindenheim St. Gallen	Seeger Jacqueline Abtwil	T 071 311 45 42 N 079 449 66 67	jseeger@gaiserwald.net	



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Gymnastik					
St. Gallen	Frauenturnriege St. Gallen West	Bartmann Hedy St. Gallen	T 071 277 16 54	hedy.bartmann@bluewin.ch	
St. Gallen	Männerriege Bruggen	Baumann Rolf St.Gallen	T 071 277 22 34	www.mr-bruggen.ch	
St. Gallen	Sportcenter Ost AG	Hirsch Regula Wienacht	T 071 891 33 76 T 071 288 43 43	ghirsch@hirsch.ch	www.sportcenterost.ch
St. Gallen	SVKT Frauenturngruppe Dom St. Gallen	Balmer Marlis St. Gallen	T 071 288 60 83	stadelmann@hotmail.com	
St. Gallen	SVKT Frauenturngruppe St. Otmar	Thüler Verena St. Gallen	T 071 277 62 44		
St. Gallen	Frauenturngruppe Heiligkreuz	Ochsner Silvia St.Gallen	T 071 244 89 91	silvia.ochsner@bluewin.ch	
St. Gallen	TSV St. Otmar	Janes Marcel St.Gallen	T 071 277 44 64 N 079 506 29 02	marcel.janes@sunrise.ch	www.st-otmar.ch
St. Gallen	TSV St. Otmar	Abegg Ursi St.Gallen	T 071 311 35 03	ursi.abegg@gmx.ch	
St. Gallen	Männer-Sportverein Krontal St.Gallen	Vorbürger Silvio St.Gallen	T 071 277 81 86	silvio_vorbuerger@hotmail.com	
St. Gallen Bruggen	Gymnastikgruppe St.Gallen West	Bader Jolanda Engelburg	T 071 278 32 06		
St.Gallen	FitWell	Sieber Agi St.Gallen	T 071 244 01 06 T 079 831 20 94	fitrichi@hispeed.ch	
St.Gallen	Frauenriege Bürgerturnverein St.Gallen	Luterbacher Gisela St.Gallen	T 071 222 91 36 T 071 221 82 18	gisela.luterbacher@bluewin.ch	www.btvsg.ch
St.Gallen	SVKT Frauensportverband St.Gallen St.Martin-Bruggen	Gollino Claudia St.Gallen	T 071 278 88 26	gollino@swissonline.ch	
St.Gallen	Verein für Gymnastik St.Gallen	Kittelman Marianne St.Gallen	T 071 245 44 81	ki-ma@bluewin.ch	
St.Gallen	SVKT St.Gallen Winkeln	Burger Silvia St.Gallen	T 071 311 13 68	silvia.burger@bluewin.ch	
St.Gallen	DTV Kaufleute St.Gallen	Dürmüller Annemarie St.Gallen	T 071 223 32 57 N 079 298 76 32	a.duermueller@bluewin.ch	
St.Gallen	Gesundheitsturnen Männer und Frauen St.Gallen	Klester Rosemarie St.Gallen	T 071 245 19 17	rosemarie@klester.com	



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Staad	Frauenriege Staad und Seniorengruppe Staad	Eisenegger Uschi Staad	T 071 855 40 55	uschi.eisenegger@sunrise.ch	
Uznach	Sport-Fit Frauen Uznach	Schmid Blanca Uznach	T 055 280 16 43	othmarschmid@bluewin.ch	www.tvuznach.ch
Widnau	Freie Gruppe	Ziegler Pia Widnau	T 071 722 59 13	pia.ziegler@bluewin.ch	
Wil	Freie Gruppe	Musso Daniela Schwarzenbach	T 071 923 50 02 N 079 830 65 59	musso@tbwil.ch	
<b>Gleichgewicht</b>					
Gossau	GymAllegro	Kunz Alexandra Gossau	T 071 385 64 05	alexandra.kunz@gmx.ch	www.gymallegro.ch
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
<b>Judo / Selbstverteidigung</b>					
Balgach	Judoclub Rheintal (Balgach)	Beniot Postai Diepoldsau	T 071 733 29 66	info@jjcrheintal.ch	www.jcrheintal.ch
St.Gallen	Judo-Schule Sankano St.Gallen	Haiduk Gerhard Kronbühl	T 071 245 62 66 T 079 692 52 38	ethnoclean@gmx.net	
<b>Kegeln (Sportkegeln)</b>					
diverse Orte	Senioren Sportkeglerverband St.Gallen	Göldi Theres Wald	T 071 877 13 57		
diverse Orte	Sportkegler-Verband St.Gallen	Bichler Karl Rebstein	T 071 777 16 53	karl@bichler.com	www.skvsg.ch
<b>Kraft- und Beweglichkeit</b>					
Oberbüren	Vis Vitalis im Studio Perron 1	Fitze Bea, Niederuzwil	T 071 951 76 11 N 079 752 70 30	beafitze@esseneng.ch	www.esseneng.ch
Rorschach	fitnessplus, Haus Negropont,	Sandra Stark, St. Gallen	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
<b>Latin-Fit</b>					
St.Gallen	Tanz-Zentrum St.Gallen	Strässle Georg St.Gallen	T 079 600 70 08	tanz-zentrum@swissonline.ch	
<b>Nia© (Ganzheitliches Bewegungskonzept)</b>					
Gossau	GymAllegro	Kunz Alexandra Gossau	T 071 385 64 05	alexandra.kunz@gmx.ch	www.gymallegro.ch
<b>Masai Walking</b>					
St. Gallen	Privat	von der Fecht Uta St. Gallen	N 076 569 25 46	pilatessg@gmx.ch	



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Nordic Walking					
Altenrhein und Umgebung	freie Gruppe	Bärlocher Rouven Altenrhein	T 071 855 56 85 N 079 683 73 71	rouven-aloha@bluewin.ch	
Altstätten und Umgebung	Privat	Rodighiero Jacqueline Lüchingen	T 071 755 22 34 N 079 560 16 78	jac1@gmx.ch	
Balgach	Saal eins	Lutz Claudia Rebstein	T 071 777 22 66 N 079 318 52 79	saaleins@bluewin.ch	
Berg	Allez Hop	Meier Monika Berg	T 071 455 22 41	mo.meier@gmx.ch	www.allezhop.ch
Degersheim	Allez Hop	Baumann Dora Degersheim	T 071 371 23 48	baumanscherrer@trioform.ch	www.allezhop.ch
Ebnat-Kappel	Aquafitness Toggenburg	Scheu Ruth Ebnat-Kappel	T 071 993 16 37	aqua.tb@bluewin.ch	www.aquafitness-toggenburg.ch
Eschenbach	Allez Hop	Zahner Reto Eschenbach	T 055 282 31 72	info@gutinfahrt.ch	www.gutinfahrt.ch
Flawil	Pro Senectute Wil	Eliana Heim-Lombriser Flawil	T 079 420 33 40	eliana.heim@bluewin.ch	www.nordicwalkingflawil.ch
Goldach	Privat	Vetsch Wibke Steinach	T 071 446 92 29	wibke_v@sunrise.ch	
Henau	Vitamove Henau	Rahel Hopfengärtner Henau	T 071 951 14 02 N 079 388 91 73	info@vitamove.ch	www.vitamooove.ch
Jona / Rapperswil	Freie Gruppe	Grab Ursi Wagen	T 055 212 45 56 N 079 613 60 69	ursi.grab@bluewin.ch	www.ursi-grab.ch
Jona / Rapperswil	Naturfreunde Jona-Rapperswil	Helbling Anton Jona	T 055 210 71 71	tthelbling@bluewin.ch	www.nf-jonarapperswil.ch
Linthgebiet	Senioren-Wandergruppe Linthgebiet	Bommer Werner Uetliburg	T 055 280 20 06	w.bommer@freesurf.ch	
Mels	Freie Gruppe	Pfiffner Gaby Plons	T 081 723 66 70 N 079 393 39 79	gaby.pfiffner@bluewin.ch	
Rheineck	Nordic Walking Treff, Laufftreff Thal	Anhorn Ruedi Thal	T 071 888 41 19	ruedi.anhorn@bluewin.ch	
Schmerikon	Allez Hop	Kuster Marsi Schmerikon	T 055 282 20 46	marsiku@bluewin.ch	
St. Gallen Laufträff Dreiweihern	LC Brühl LA Ressort Breitensport	Vonlanthen Erich St.Gallen	T 071 244 65 55	erich.vonlanthen@lc-bruehl.ch	www.lc-bruehl.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Nordic Walking					
St. Gallen Drei Weihern	Nordic Walking Treff (Friedhof St. Georgen)	Merz Verena St. Gallen	T 071 222 77 44	verena.merz@fitmitfun.ch	www.fitmitfun.ch
St. Gallen Winkeln St.Gallen Riethüsli	Privat	Abegg Ursi St.Gallen	T 071 311 35 03	ursi.abegg@gmx.ch	
St.Gallen u. Umgebung	fit.ch	Kessler Eveline Trogen	T 071 344 90 90	info@fit.ch	www.fit.ch
St.Gallen Notkersegg	Nordic Walking Sportschule St.Gallen	Studer-Jäckli Gabriela St.Gallen	T 071 244 27 14 N 079 212 02 33	info@nordicwalking- sportschule.ch	www.nordicwalking- sportschule.ch
St.Gallen (für Personen mit Diabetes)	Ostscheizer Diabetes- Gesellschaft St.Gallen	Forrer Nadine, St.Gallen	T 071 223 67 67 N 079 648 18 75	ferrer@odgsg.ch	www.odgsg.ch
St. Margrethen	Privat Treff	Tscharner Gaudenz St.Margrethen	071 744 28 64	g.tscharner@bluewin.ch	
Waldkirch	Privat	Kreienbühl Heidi Waldkirch	071 433 20 02	heiwell@bluewin.ch	
Widnau	SVKT Widnau	Ender Rita Widnau	T 071 722 54 56	rita.ender@gmx.ch	
Wil und Umgebung	Praxis für Gesundheit Wil	Schneeberger Ruedi Wil	T 071 911 69 22 N 079 251 14 63	r.schneeberger@thurweb.ch	www.praxis-fuer- gesundheit.ch
Orientierungslauf (OL)					
diverse Orte, auch Kurse	OLG St. Gallen / Appenzell	Ammann Mario Berneck	T 071 231 33 84	mario@ammannberneck.ch	www.olgsga.ch
Paddeln / Wanderpaddeln					
Rheineck	Paddel Club Rheineck	Winkelmann Ernst St.Gallen	T 071 272 84 60	winkelmann@viforint.ch	
Pétanque					
St. Gallen Leonhardspärkli	SGAT Pétanque St.Gallen	Felder Daniel St.Gallen	T 071 244 29 45	info@sgatpetanque.ch	www.sgatpetanque.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Pilates					
Ebnat-Kappel	freie Gruppe, Aquafitness Toggenburg	Scheu Ruth Ebnat-Kappel	T 071 993 16 37	aqua.tb@bluewin.ch	www.aquafitness-toggenburg.ch
Henau	Vitamove Henau	Rahel Hopfengärtner Henau	T 071 951 14 02 N 079 388 91 73	info@vitamove.ch	www.vitamooove.ch
Niederwil	offene Frauenriege, TV Niederwil	Lehner Claudia Niederwil	T 071 393 42 71 N 079 253 18 50	claudialehner@bluewin.ch	
St. Gallen	Trev-x	Keller Silvia Engelburg	T 071 278 98 28	info@trev-x.ch	
St. Gallen	Privat	Von der Fecht Uta St. Gallen	N 076 569 25 46	pilatessg@gmx.net	
St. Gallen	fit.ch	Kessler Eveline Trogen	T 071 344 90 90 N 078 671 90 40	info@fit.ch	www.fit.ch
Polysport / Gymnastik					
Abtwil-St. Josefen	Turnverein Abtwil - St.Josefen Männerriege	Hörler Thomas, Gossau	T 071 230 24 16	thomas@hoerler.ch	www.mr-abtwil.ch
Niederhelfenschwil	freie Gruppe / Frauen	Bontadi Edith Niederhelfenschwil	T 071 947 17 87		
Uznach	Sport-Fit Frauen Uznach	Schmid Blanca Uznach	T 055 280 16 43	othmarschmid@bluewin.ch	www.tvuznach.ch
St.Gallen	Bürgerturnverein BTV St.Gallen	Sieber Richard St.Gallen	T 071 244 01 06 N 079 222 23 50	fitrichi@hispeed.ch	www.tbvtvsg.ch
Staad Buechen	Frauenriege Staad	Weber Verena Altenrhein	T 071 855 74 24		
Qi Gong					
Oberriet / Eichenwies	Frauengemeinschaft Oberriet	Büchel Maria Rüthi	T 071 766 12 65 N 078 627 93 00		
Oberuzwil	Judo Club Oberuzwil	Brunschwiler Andreas Oberuzwil	N 079 355 74 70	andreas.brunschwiler@zurich.ch	www.budo.center.ch
St. Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Rückentraining					
Berg / Freidorf TG	freie Gruppe	Meier Monika Berg	T 071 755 22 41	mo.meier@gmx.ch	
Balgach	Saal eins	Lutz Claudia Rebstein	T 071 777 22 66 N 079 318 52 79	saaleins@bluewin.ch	
Gossau	GymAllegro Gossau	Kunz Alexandra Gossau	T 071 385 64 05	alexandra.kunz@gmx.ch	www.gymallegro.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Henau	Vitamove Henau	Rahel Hopfengärtner Henau	T 071 951 14 02 N 079 388 91 73	info@vitamove.ch	www.vitamooove.ch
St. Gallen	Trev-x	Keller Silvia Engelburg	T 071 278 98 28	info@trev-x.ch	
St.Gallen	FitWell	Sieber Agi St.Gallen	T 071 244 01 06 N 079 831 20 94	fitrichi@hisppeed.ch	
Waldkirch	Privat	Kreienbühl Heidi Waldkirch	T 071 433 20 02	heiwell@bluewin.ch	
<b>Running / Jogging</b>					
St. Gallen	LC Brühl LA, Ressort Laufträff Breitensport	Vonlanthen Erich St.Gallen	T 071 244 65 55	erich.vonlanthen@lc-bruehl.ch	www.lc-bruehl.ch
Altstätten	Privat	Rodighiero Jacqueline Lüchingen	T 071 755 22 34 N 079 560 16 78	jac1@gmx.ch	
Andwil	Run for life	Helfenberger Claudia Arnegg	T 071 385 89 50 N 079 354 90 12	helfis@bluewin.ch	
Anrnegg	Run for life	Helfenberger Claudia Arnegg	T 071 385 89 50 N 079 354 90 12	helfis@bluewin.ch	
Gossau	Run for life	Helfenberger Claudia Arnegg	T 071 385 89 50 N 079 354 90 12	helfis@bluewin.ch	
Wil und Umgebung	Praxis für Gesundheit Wil	Schneeberger Ruedi Wil	T 071 911 69 22 N 079 251 14 63	r.schneeberger@thurweb.ch	www.praxis-fuer-gesundheit.ch
<b>Schiessen</b>					
Eschenbach	Sportschützen Eschenbach	Schmucki Josef Eschenbach	T 055 282 30 20	josef.schmucki@siemens.ch	
St.Gallen Breitfeld	Schützengesellschaft Bruggen	Zwicker Hanspeter St.Gallen	T 071 277 47 33	hampi.zwicker@bluewin.ch	
St.Gallen Breitfeld	Schützenverein Winkeln	Egger Ernst Herisau	T 071 351 46 81		
St.Gallen	Feldschützengesellschaft der Stadt St.Gallen	Annen Emil St.Gallen	T 071 277 13 51	emil.annen@unisg.ch	
St.Gallen Schaugenbädi	Sportschützen St.Fiden St.Gallen	Künzler Ruedi St.Gallen	T 079 696 85 75	r.kuenzler@remora.ch	
<b>Schneeschuhlaufen</b>					
Altstätten und Umgebung	Privat	Rodighiero Jacqueline Lüchingen	T 071 755 22 34 N 079 560 16 78	jac1@gmx.ch	
Gossau	Naturfreunde Gossau	Müller Toni Gossau	T 071 383 16 21	tmueller@blackpoint.ch	www.naturfreunde-gossau.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Jona-Rapperswil	Naturfreunde Jona-Rapperswil	Helbling Anton Jona	T 055 210 71 71	tthelbling@bluewin.ch	www.nf-jonarapperswil.ch
St.Gallen	Naturfreunde Sektion St.Gallen	Frisknecht Yvonne Herisau	T 071 350 03 09	info@naturfreunde-sg.ch	www.naturfreunde-sg.ch
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen Umgebung	Freie Gruppe	Tobler Urs St. Gallen	T 071 223 63 40 N 079 812 09 20	ju.urs.elch@bluewin.ch	
<b>Schwimmen</b>					
Mels	SLRG Sektion Sarganserland Mels	Hutter Armin Sargans	T 079 300 92 61	armin.hutter@bluewin.ch	www.slrsg-sarganserland.ch
St.Gallen Volksbad	Freie Schwimm- und Turnvereinigung St.Gallen	Weishaupt Willi St.Gallen	T 071 244 02 01		
St.Gallen Volksbad	Damen-Schwimm-Club St.Gallen	Künzle Béatrice St.Gallen	T 071 288 38 78	walter_kuenzle@hotmail.com	
<b>Skitouren</b>					
Gossau	Naturfreunde Gossau	Müller Toni Gossau	T 071 383 16 21	tmueller@blackpoint.ch	www.naturfreunde-gossau.ch
St.Gallen	SAC St. Gallen	Zwinggi Robert Gossau	T 071 385 34 33	berger-zwinggi@bluewin.ch	
St.Gallen	Naturfreunde Sektion St.Gallen	Frisknecht Yvonne Herisau	T 071 350 03 09	info@naturfreunde-sg.ch	www.naturfreunde-sg.ch
Walenstadt, diverse Orte	Ski- und Snowboardclub Walenstadt	Brühlmann Walter Walenstadt	N 079 218 28 90	bruelli@gmx.ch	
<b>Soft-Power</b>					
St. Gallen	Krafttraining				
St. Gallen	Tanz-Zentrum St.Gallen	Strässle Georg St.Gallen	T 079 600 70 08	tanz-zentrum@swissonline.ch	
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
<b>Spazieren</b>					
Rorschach	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
<b>Sportplausch</b>					
Vilters	Freie Gruppe	Trachsel Erika Bad Ragaz	T 081 302 29 15	erika.trachsel@traxonic.com	



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

<b>Tanzen (Volkstanz, Tanzfitness, Orientalisch etc.)</b>					
Oberbüren	Vis Vitalis im Studio Perron 1	Fitze Bea, Niederuzwil	T 071 951 7611		
St.Gallen	Tanz-Atelier West	Wytenbach Brigitte Eggersriet	T 071 877 29 93	info@tanzatelierwest.ch	www.tanzatelierwest.ch
St. Gallen	Gesellschaftstanz, Pro Senectute Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St.Gallen	Tanzschule Anliker	Anliker Kurt St.Gallen	T 071 250 00 60	info@anliker-tanz.ch	www.anliker-tanz.ch
<b>Tennis</b>					
St.Gallen	Volkstanzkreis St.Gallen	Ponader Imelda Abtwil	T 071 311 48 26	wponader@bluewin.ch	www.vtksg.ch
Altenrhein	freie Gruppe	Bärlocher Rouven Altenrhein	T 071 855 56 85 N 079 683 73 71	rouven-alcha@bluewin.ch	
Altstätten	Tennisclub Altstätten	Dörler Hannes Balgach	T 071 735 38 13	doerler@brsw-ag.com	www.tcaltstaetten.ch
Bad Ragaz	Tennisclub Bad Ragaz	Hess Edith Bad Ragaz	T 081 302 18 43	west.hess@bluewin.ch	www.tcbadragaz.ch
Gossau	Tennisclub Gossau	Giger Ivo Gossau	T 071 385 72 31 N 078 790 24 05	ivgig1@hispeed.ch	www.tcgossau.ch
Gossau	Tennisclub Gossau	Büsser Claudio Gossau	T 071 385 69 61	claudiobuesser@hotmail.com	www.tcgossau.ch
Rorschach	Tennsicenter Bützel Thal	Trunz Brigitte Heiden	T 071 891 35 24 N 079 436 33 40		
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St.Gallen	Tennisclub Falkenstein	Perauer Franz St.Gallen	T 071 288 39 13 T 071 288 37 60	perauer@swissonline.ch	www.tcfalkensteig.ch
Tübach	TC Tübach	Jürg Hüttenmoser Goldach	T 071 841 51 54	juerg.huettenmoser@berufsschule.ch	www.tennis-tuebach.ch
Wildhaus	TC Wildhaus - Unterwasser	Ruf Peter Wildhaus	T 071 999 25 46 N 079 238 49 91	peterruf@sunrise.ch	www.tcwu.ch
Wittenbach	TC Wittenbach	Zischeck Bernd St.Gallen	T 071 278 75 37	zischis@bluewin.ch	
<b>Tischtennis</b>					
Muolen / Steinebrunn	Tischtennisclub Muolen	Blessing Miriam Muolen	T 071 411 83 09	mblessing@gmx.ch	www.ttcmuolen.ch
<b>Turnen (und Spiel)</b>					
Balgach	STV Balgach	Langenegger Stefan Altstätten	T 071 755 64 26	s.langenegger@egokiefer.ch	www.stv.balgach.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Berg	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Ebnat-Kappel	Männerriege STV Ebnat-Kappel / Turnen und Faustball	Wälle Ernst Ebnat-Kappel	T 071 993 24 48	swaelle@gmx.ch	
Eggersriet	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Sandra Stark St. Gallen	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
<b>Turnen</b>	<b>(und Spiel)</b>				
Eichberg	Eichberg	Mattle Heidi Eichberg	T 071 755 18 42		
Goldach	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Häggenschwil	Selbständige Seniorengruppe Häggenschwil	Eberle Anton Häggenschwil	T 071 298 52 77		
Hinterforst	Hinterforst	Mattle Heidi Eichberg	T 071 755 18 42		
Jona	TSV Jona	Steiner Leo Rapperswil	T 055 210 48 30		
Jona	Altersturngruppe Jona	Mächler Verena Jona	T 071 212 31 79	viktor.maechler@freesurf.ch	
Kirchberg	STV Kirchberg	Blank Vreni Kirchberg Brack Elisabeth Kirchberg	T 071 931 31 62 T 071 931 17 90	vreni.kurt@gmx.ch e.brack@gmx.ch	
Kriessern	KTV Edelweiss Kriessern	Bleiker Ida Balgach	T 071 722 85 39	bleiker.bruehlfhof@bluewin.ch	www.ktv-edelweiss.ch
Kriessern	KTV Edelweiss Kriessern	Dietsche Lorenz Kriessern	T 071 755 54 35	lorenz_dietsche@bluewin.ch	www.ktv-edelweiss.ch
Marbach	STV Marbach	Kobelt Vreni Marbach	T 071 777 22 14		
Mörschwil	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Niederhelfenschwil	Pro Senectute	Hengartner Ruth Zuckenriet	T 071 947 11 43	ruth.hengartner@gmx.ch	
Niederhelfenschwil	TV Niederhelfenschwil	Künzle Ursula Niederhelfenschwil	T 071 947 10 17	ursula.kuenzle@tvnh.ch	www.tvnh.ch
Oberbüren	STV Männerriege	Fürer Armin Oberbüren	T 071 951 89 73	armin.fuerer@thurweb.ch	www.stv-oberbueren.ch.vu
Oberbüren	Pro Senectute Wil	Mundwyler Anne-Marie	T 071 940 06 59	wil@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch/wil
Oberbüren	SVKT Frauenturngruppe Oberbüren	Fürer Kristina Oberbüren	N 079 398 12 18	kris.fuerer@bluewin.ch	
Oberriet	STV Oberriet-Eichenwies	Böhm Silvio Oberriet	T 071 761 11 77	silvioboehm@gmx.ch	www.stvoe.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Turnen (und Spiel)					
Rapperswil	STV Seniorenriege Rapperswil-Jona	Bürgin Max Rapperswil	T 055 210 76 52		
Rheineck	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Rorschach	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen	Damen-Turn-Club St.Gallen	Haselbach Rosi St.Gallen	T 071 277 75 39		
St. Gallen	TSV St. Otmar	Janes Marcel St.Gallen	T 071 277 44 64	marcel.janes@sunrise.ch	www.st-otmar.ch
St. Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St. Gallen	Bürgerturnverein St.Gallen (BTV) Männer 65+	Iff Fritz St.Gallen	T 071 277 27 82	fred.iff@bluewin.ch	www.btvsg.ch
St. Gallen	Kreisturnverband St.Gallen	Poltera René St.Gallen	T 071 278 84 58	rene.poltera@hispeed.ch	
St. Gallen	Turnverein St.Georgen	Mauchle Claude St.Gallen	T 071 278 23 83	mauchle.claude@bluewin.ch	www.tvsg.ch
St. Gallen	Bürgerturnverein BTV St.Gallen	Baer Max St.Gallen	T 071 277 77 88	foto-baer@bluewin.ch	www.btvsg.ch
St. Gallen	Bürgerturnverein BTV St.Gallen	Egger Paul Gossau	T 071 385 84 10	p.egger@nef-yarn.ch	www.btvsg.ch
St. Gallen	Bürgerturnverein BTV St.Gallen	Sieber Richard St.Gallen	T 071 244 01 06 N 079 222 23 50	fitrichi@hispeed.ch	www.btvsg.ch
St. Gallen	TV St.Gallen - Ost	Meli Dominik Wittenbach	T 071 298 40 88 N 079 600 32 80	dominik.meli@tvstgallen-ost.ch	www.tvstgallen-ost.ch
St. Gallen	Frauenriege Bürgerturnverein BTV St.Gallen	Luterbacher Gisela St.Gallen	T 071 222 91 36 T 071 221 82 18	gisela.luterbacher@bluewin.ch	www.btvsg.ch
St. Gallen	TV Neue Sektion St.Gallen Männerriege	Köhler Sigi Wittenbach	T 071 298 20 37		
St. Margrethen	Frauenriege St.Margrethen	Weber Verena Altenrhein	T 071 855 74 24	vreniwe@bluewin.ch	
St. Margrethen	Männerriege STV St.Margrethen	Tscharner Gaudenz St.Margrethen	T 071 744 28 64	g.tscharner@bluewin.ch	
St. Margrethen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Turnen (und Spiel)					
Steinach	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Untereggen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Waldkirch	Senioren-Fitnessclub Waldkirch	Lengwiler Alois Waldkirch	T 071 433 13 12		
Walenstadt	Männerriege STV Walenstadt	Bartholet August	T 081 735 17 96	ibartholet@rsnweb.ch	
Widnau	SVKT Widnau	Ender Rita Widnau	T 071 722 54 56	rita.ender@gmx.ch	
Widnau	SVKT Widnau	Frei Lotte Widnau	T 071 722 55 80	bruno@exxa.at	
Wil	Pro Senectute Wil	Kleger Doris Wil	T 071 911 37 04	doris.kleger@bluewin.ch	
Velo					
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
Volleyball					
St.Gallen	Bürgerturnverein BTV, Volley "Üfis"	Zingg Hansjörg St.Gallen	T 071 244 99 20	hj.zingg@bluewin.ch	
St.Gallen	Volleyballgruppe SLRG St.Gallen	Vetsch Hans St.Gallen	T 071 222 44 90	vetsch-kindle@swissonline.ch	
Walking					
Altstätten	Privat (Masai-Walking)	Rodighiero Jacqueline Lüchingen	T 071 755 22 34 N 079 560 16 78	jac1@gmx.ch	
Goldach	Privat	Vetsch Wibke Steinach	T 071 446 92 29	wibke_v@sunrise.ch	
St.Gallen	FitWell	Sieber Agi St.Gallen	T 071 244 01 06 T 071 831 20 94	fitrichi@hispeed.ch	
Niederuzwil	Allez Hop (SVKT Frauensportverband)	Jung Pia Niederuzwil	T 071 951 79 25	pia.jung@gmx.ch	
Wandern / Bergwanderungen					
Goldach	Sport- und Wanderfreunde Goldach	Boos Kurt Goldach	T 071 841 53 35		
Gossau	Naturfreunde Gossau	Müller Toni Gossau	T 071 383 16 21	tmueller@bläckpoint.ch	www.naturfreunde-gossau.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

Jona-Rapperswil	Naturfreunde Jona-Rapperswil	Helbling Anton Jona	T 055 210 71 71	tthelbling@bluewin.ch	www.nf-jonarapperswil.ch
Linthgebiet	Senioren-Wandergruppe Linthgebiet	Bommer Werner Uetliburg	T 055 280 20 06	w.bommer@freesurf.ch	
Oberriet	Wanderfreunde Wichenstein	Stieger Gino Oberriet	T 071 761 21 05 N 079 438 98 13	gino.stieger@bluewin.ch	www.vsl.ch
St. Gallen, ganze Schweiz	Privat	Meier Armand St. Gallen	T 071 311 44 86 N 079 638 34 93	meier.ar@bluewin.ch	
St.Gallen	Bergclub St.Gallen	Friemel Cäcilia St.Gallen	T 071 244 05 28	cfriemel@gmx.ch	www.bergclub-sg.ch
St.Gallen	Naturfreunde Sektion St.Gallen	Frischknecht Yvonne Herisau	T 071 350 03 09	info@naturfreunde-sg.ch	www.naturfreunde-sg.ch
St.Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro-senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch
St.Gallen	SAC Sektion St. Gallen Senioren	Berger Anaise Gossau	T 071 385 34 33 N 079 247 27 05	senioren@sac-stgallen.ch	www.sac-stgallen.ch
St.Gallen	Volksmarschgruppe OLMA St.Gallen	Benz Beat St.Gallen	T 071 278 45 04	sibenz@bluewin.ch	
Uzwil	Wanderverein Wiesental Uzwil	Eigenmann Herta Henau	T 071 951 43 32		
Walenstadt	Ski- und Snowboardclub Walenstadt	Brühlmann Walter Walenstadt	T 081 735 22 24 N 079 218 28 90	bruelli@gmx.ch	www.ssc-walenstadt.ch
Waldkirch	Senioren Fitnessclub	Lengwiler Alois Waldkirch	T 071 433 13 12		
<b>Windsurfen und Seekajak</b>					
Murg (Walensee)	shirocco Wassersport, Surf- und Kajaksschule	Sauser René Murg	T 076 383 13 90	renesauser@bluewin.ch	www.shirocco.ch
<b>XCO - Walking - Running (mit Trainingshandgerät XCO / Hantel)</b>					
Altstätten, Balgach, Rheineck	Aktiv werden und bleiben	Zünd Margit Rheineck	T 071 534 43 27 N 079 222 17 53	margit.zuend@gmx.ch	



Yoga					
Walenstadt	Privat	Wittrock Inge Walenstadt	T 081 735 30 69	inge.wittrock@bluewin.ch	
St. Gallen	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro- senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch



**Amt für Sport**  
Erwachsenensport

**Nützliche Adressen**

**Stadt St.Gallen**

Sportamt	Sportamt Stadt St.Gallen	Amtshaus, Neugasse 24, 9004 St.Gallen	T 071 224 53 48	sportamt@stadt.sg.ch	www.sportamt.stadt.sg.ch
Vereinsverzeichnis	sankt galler netz	vereine / kultur / soziales		www.stadt.sg.ch	http://www.ostschweiz.com/ vereine/
Pro Senectute	Pro Senectute, Regionalstelle St.Gallen	Stark Sandra	T 071 227 60 24	sandra.stark@sg.pro- senectute.ch	www.sg.pro-senectute.ch

**Kantonale Sportverbände mit Angeboten für Erwachsene**

**Boccia**

diverse Orte	Kantonaler Bocciaverband	Gerardi Gennaro Niederuzwil	T 071 951 19 15 N 079 608 65 04	regima@bluewin.ch	
--------------	--------------------------	-----------------------------	------------------------------------	-------------------	--

**Turnen**

Turnen ganzer Kanton (Sport-Fit)	St.Galler Turnverband SGTV	Bucher Paul Marbach	T 071 777 21 90	sport-fit@sgtv.ch	www.sgtv.ch
-------------------------------------	----------------------------	---------------------	-----------------	-------------------	-------------

**Volkssport**

Wandern/Walken (ganze Schweiz)	Volkssportverband Schweiz- Lichtenstein	Stieger Gino Oberriet	T 071 761 21 05 Info 071 761 16 10	gino.stieger@bluewin.ch	www.vsl.ch
-----------------------------------	--	-----------------------	---------------------------------------	-------------------------	------------

**Qualitop anerkannte Fitnesscenter der Kantone St.Gallen, Appenzell und Umgebung [www.qualicert.ch](http://www.qualicert.ch)**

Die Qualitop anerkannten Fitnesscenter der Schweiz finden Sie unter [www.qualicert.ch](http://www.qualicert.ch)

Die Liste der Fitnesscenter des Kantons St. Gallen finden Sie unter der Seite [www.sport.sg.ch](http://www.sport.sg.ch) unter Sportangebote