

# Fit durch den Januar



**Das Leiterteam der Frauenriege lädt alle Turnerinnen und Turner der Frauen- und Männerriege sowie Bekannte und Freunde zum fröhlichen Fitnesstraining ein.**

**Wir trainieren Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht.**

**Wann?** Am Mittwoch 7., 14., 21. und 28. Januar um 20.00 Uhr

**Wo? In der MZH Brühl Gebenstorf**

**Ausrüstung:** Turnkleider für Halle, Hallenschuhe

### Versicherung: Ist Sache der Teilnehmer

**Wir freuen uns auf viele bewegungshungrige Turnerinnen und Turner!**

**Für das Leiterteam**  
**Sonja Hitz**