

Fit durch den Januar



shutterstock.com · 2520174819

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**