

Training für die Fitness



im Freien



ab dem **21. März 2022** um **19.00 Uhr**

**Sportler aller Sportarten die ihre Fitness verbessern wollen
sind hier genau richtig**

- **Work-out für jedes Alter und Körpergewicht**
- **Der Schwierigkeitsgrad der Übungen wird dem Leistungsvermögen individuell angepasst**
- **Spaß an Bewegung steht im Vordergrund**



Ziel ist es einen Ausgleich für den oft bewegungsarmen Alltag zu schaffen

Workshop: 10 Einheiten je 90 Minuten

Wann: ab Montag 21. März um 19.00 Uhr (wöchentlich)

Wo: Treffpunkt TSV Halle

Wie viel: Mitglieder frei / Nichtmitglieder 50,00 €

Kontakt: Rüdiger Wagner, Tel. 0177-2531092

Die aktuellen Abstandsregeln und Hygienevorschriften werden beachtet