

www.stoecken.info

FIT IN DEN SOMMER! Ein kostenloses Bewegungsangebot für Erwachsene

Ausdauer · Kraft · Beweglichkeit · Koordination



LASS UNS GEMEINSAM FIT IN DEN SOMMER STARTEN!

KOSTENLOS!

Während des Trainings wird dir die Trainerin verschiedene Sport-Übungen zeigen, die du direkt umsetzt. Dabei bestimmst du selbst, wie intensiv es für dich wird. Außerdem lernst du durch kurze Schulungseinheiten in den einzelnen Terminen, solch ein Zirkeltraining selbstständig durchzuführen und für Andere anzuleiten.

Somit besteht die Möglichkeit, den Kurs bei Interesse mit organisatorischer Unterstützung weiterzuführen.

Wir freuen uns auf deine Teilnahme!



WANN:

DIENSTAG 20:00 – MAX. 22:00 UHR

VOM 18.04. – 20.06.2023

WO:

GRUNDSCHULE ENTENFANG

ENTENFANGWEG 19, STÖCKEN



**SPORTKLEIDUNG, HANDTUCH UND
GETRÄNK MITBRINGEN!**

ANMELDUNG & INFOS:

QR-Code scannen oder
www.linktr.ee/stoecken
Tel. 0511 616-26064



SPORT UND SPASS!

FÜR JEDES FITNESSLEVEL GEEIGNET.



www.stoecken.info