

Nach den Herbstferien ist es wieder soweit ...

# Skigymnastik für jedermann

wann: immer **montags von 20 bis 21 Uhr**

*Einsteigen jederzeit möglich !!!*

wo: Sporthalle Lina-Sommer-Grundschule, Jockgrim

Start: **15. Oktober 2018**

Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit sind wichtige Komponenten, um sich auf den Wintersport vorzubereiten. Oft kann man sich alleine dazu jedoch nicht motivieren. Vielleicht ist das auch bei dir so. Dann bist du bei uns genau richtig! Also runter von der Couch und beweg dich mit uns in netter Runde. Auch für Ungeübte ist unsere Gymnastik kein Problem. Spätestens beim gemütlichen Beisammensein haben wir alle das gleiche Niveau. 😊

Wir freuen uns  
wieder auf euch.

Tom und Sabine

