



Es geht wieder los...

**am Donnerstag 3. November 2011**

**im Turnsaal Kürnberg**

**um 18.30 Uhr**

>>Fit durch den Winter<<

*mit Barbara und Christian*

Inhalt: Abwechslungsreiches Training sämtlicher motorischen Fähigkeiten zur Stärkung und Stabilisierung des gesamten Körpers (Koordinations-, Schnelligkeits-, Kraft(ausdauer)training, Wirbelsäulenstabilisation) in einer buntgemischten Gruppe jeden Alters und in lockerer Atmosphäre

Dauer: ca. 1,5 Std pro Training bis ca Ende März

Kosten: 25 Euro für SV-Mitglieder,

35 Euro für Nichtmitglieder

Oder wenn jemand nicht regelmässig teilnehmen kann 3 Euro pro Training

Anmeldung: Barbara Leitner

leitnerbarbara@gmx.net 0680/3031449

