

Winter Indoor Training

Schlechtes Wetter oder keine Lust zum rausgehen?

Angst, die mühsam den Sommer über antrainierte Muskulatur zu verlieren? Dann kommt doch einfach zu uns ins Nordic Walking Indoor Training und sorgt dafür, dass euere Muskulatur erhalten bleibt. Wir trainieren unter Zuhilfenahme von Flexi Bar und Theraband intensivst die komplette Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur. Ihr werdet Muskeln spüren, die bisher noch nicht beansprucht wurden.

Na, neugierig geworden? Wir freuen uns auf euch. Das Training findet auf Kursbasis zu 10 Einheiten statt. Die Teilnehmerzahl ist auf 17 Personen begrenzt, eine Mitgliedschaft beim Verein ist nicht erforderlich.

Kosten: für Nichtmitglieder 30€, Mitglieder kostenlos (Anmeldung auch für Nichtmitglieder unbedingt erforderlich)

Beginn: 10. Januar 2008 jeweils von 18.15 - 19.00 Uhr in der Grundschulturnhalle Obertraubling

Anmeldung bei Geli Pammer Tel. (09401) 50479, Email: angelika.pammer@sv-obertraubling.de