



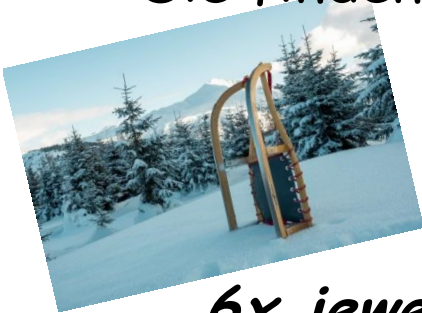
Winterfit

Das Ganzkörpertraining für Damen und Herren jeden Alters. Es beinhaltet die elementaren Bestandteile Kraft, Koordination und Beweglichkeit.

Unsere Trainings sind offen für **JEDERMANN** und **JEDEFRAU!!!**



Sie finden abwechselnd unter der Leitung von **Marie-Louise und Valentin**, in der Turnhalle St. Ursen statt.



6x jeweils DO von 20:00 - 21:30 Uhr
ab Donnerstag, 03.11.2022
(weitere Daten: 10.11./17.11./24.11./01.12./08.12.)

**Mach mit, bleib fit -
Dein Turnverein!**



(Für Nicht-TV-Mitglieder wird ein Kässeli bereitstehen)