

Einladung zum 10. Fitness- und Gesundheitstag am 28. April 2012



In 4 Stunden bieten wir eine sportliche Bandbreite:

Kick Box Aerobic

Sumba

Gymnastik

Kräftigungsübungen für den ganzen Körper

Zur Stärkung stehen hausgemachte Salate zum Verzehr bereit.

Ort: Möser
Sporthalle

Zeit: Beginn: 09.00 Uhr
Ende: ca. 13.00 Uhr

Bitte mitbringen: Startgeld: 4 Euro
Gymnastikmatte + Redondoball
Getränke

Anmeldung wäre hilfreich zur Planung: bei Karin Petzold über
Tel. : 01577 7364 067
e-mail : acmev@online.de

Teilnehmer: - alle Frauen die Lust an der Bewegung haben
- Männer können sich auch trauen

Wir würden uns sehr freuen Sie bei unserem 10. Fitness- und Gesundheitstag begrüßen zu können.

Mit sportlichen Grüßen

Der Vorstand
Aerobic-Club-Möser e. V.