

**BEI LOCKDOWN @ HOME
ÜBER ZOOM UM 19.00 UHR**

FITNESS- WORKOUT

KURSSTART:

ab Mittwoch 12. Januar 2022
19.00 - 20.00 Uhr Outdoor

- + Kraft
- + Ausdauer
- + Koordination
- + Schnelligkeit

2G



***EINE KOMBINATION AUS AUSDAUER
UND INTENSIVEM ZIRKELTRAINING.***

Kurslänge:	10 Wochen
Kosten:	30,- € für Mitglieder der SG Randersacker 55,- € für Nichtmitglieder
Treffpunkt:	an der Goldenen Badewanne in Randersacker
Ausstattung:	Sportbekleidung, Laufschuhe, Getränk und Isomatte auf dem Rücken

ANMELDUNG BEI **ANNE SCHMIDT 0160-7276569** ÜBER WHATSAPP.