

Turngau Fun Special präsentiert beim TV Eschborn

“Wobble dich fit“

am Mittwoch 08. Aug. 2018 >>> 18-21 Uhr

Eine Komposition von unterschiedlichen Methoden (Intervall, Circuit und Grouptraining) mit verschiedenen Kleingeräten....

Fazit: Alles was wackelt macht und hält uns fit – Just do it!

mit **Sonja Hergert,**

Sportwissenschaftlerin, Physiotherapeutin,
Rückenschullehrerin und Fascial Fitness Coach

Ab 21:00 Uhr gibt es Erfrischungen, Knabbereien und viel Zeit zum Schwätzen und Lachen im Gruppenraum.

Unkostenbeitrag 10 Euro

Anmeldungen auf der ausliegenden Liste in der Halle oder mailto: m.schmidt@turngau-maintaunus.de

>>> An diesem Mittwoch fallen die Gymnastikstunden aus. <<<