



## TROCKENTRAINING FÜR ERWACHSENE

Hallo ihr Sportsfreunde!

Der Schiverein Viktorsberg lädt alle Erwachsenen zum Turnen mit John Ludescher ein.

Er wird eine Mischung aus Gymnastik, Geschicklichkeit, Koordination, Beinachsenstabilität, Rumpfstabilität, Intervalltraining und Spiel ins Programm packen.

Wo: Im Turnsaal der Volksschule Viktorsberg  
Wann: Start ist am Montag den 25.09.2018 um 20.00 Uhr  
Dauer: 10 Einheiten - jeweils am Montag  
Kosten: Vereinsmitglieder 40€ / Nichtmitglieder 60€

Wir freuen uns auf dein Kommen!