



## TROCKENTRAINING FÜR ERWACHSENE

Hallo ihr Sportsfreunde!

Der Schiverein Viktorsberg lädt alle Erwachsenen zum Turnen 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 Dienstag den 05.11.2019 um 19.30 Uhr  
Dauer: 10 Einheiten - jeweils am Dienstag

Wir freuen uns auf dein Kommen!

