

Gemischte - Gymnastikgruppe für Frauen und Männer am Montagabend

Übungsleiterin: Iris Schaub Jhrg. 1960 Tel. 05657/ 7651

seit 2006 Übungsleiterin

Gruppenstruktur: gemischte Gruppe , 50 – 70 Jahre,
z. Zt. ca. 15 Teilnehmer

Dauer – Sportangebot: Gymnastik für Bauch, Beine und Po, Muskel-
Kräftigung und Muskelentspannung, Aerobic,
Isometrie, Rückenschule

Wer Lust hat mit zu machen ist herzlich eingeladen; wir freuen uns neue Teilnehmer zu begrüßen

Übungsstunde: Montag von 18:30 – 19:30 Uhr

