

Outdoorfitness in Munderkingen

Was ist das?

Wir machen Sport draußen in der frischen Luft. Unsere Umwelt bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten, um zu trainieren und sich fit zu halten. Ob Bänke, Treppenstufen, Spielplätze, Kies- oder Rasenflächen stellen ein Teil unserer Fitnessgeräte dar. Es findet ein abwechslungsreiches Training aus Koordination, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit statt.

Wann und wo?

ab 02. September 2019 (ein Einstieg ist jederzeit möglich)

immer montags

von 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Treffpunkt: im Schulhof der Grund- & Gemeinschaftsschule Munderkingen

Wer kann mitmachen?

Alle ab einem Alter von 18 Jahren

Kosten?

Die Teilnahme wird über eine 10er Karte abgerechnet, welche eine Gültigkeit von 6 Monaten ab Kauf besitzt. Ihr bezahlt somit nur die Trainings, die Ihr besucht.

Kosten der 10er-Karte mit einer Gültigkeit von 6 Monaten ab Kauf:

Mitglieder der VfL-Tennisabteilung	30,00 €
Mitglieder des VfL-Hauptvereins	50,00 €
Nichtmitglieder	60,00 €

Was ist mitzubringen?

Eine Isomatte, Getränk und wetterangepasste Kleidung.

Bei Fragen könnt Ihr euch gerne bei mir melden.

Bittet meldet Euch vor dem ersten Training bei mir an.

Verena Stetter (geb. Schmidt)

Handy 0176 61080158