



SSV Pr. Ströhen e.V. – bietet an:

Dritter -FITNESSTAG

Samstag, 13. Januar 2018

14-18 Uhr

Grundschulturnhalle Pr. Ströhen

14:00-14:15	WELCOME & WARM UP	
14:15-14:45	CARDIO-INTERVALL	mit Meike Grewe
15:00-15:30	BODY FORMING	mit Helena Hackemeier
15:45-16:15	STEPPIEN	mit Yvonne Klostermeyer
16:30-17:00	Drums Alive	mit Nina Borcherding
17:15-17:45	FASZIEN-Fitness	mit Barbara Möller
17:45-18:00	COOL DOWN	mit Meike Grewe

Details siehe Internet

Teilnehmergebühr: 10,- EUR

Anmeldung bis 10.01.2018

unter: 0151-22 78 40 99 oder
0175-46 73 753

Weitere Infos auf unserer Homepage!

Getränke, Obst,
Kuchen und
Müsliriegel stehen
zum Verzehr bereit!

www.ssv-pr-stroehen.de