

Damengymnastik

Unter dem Motto:

„Fit in jedem Alter“

richtet sich dieses Sportangebot an Frauen jeden Alters.

Neben einem gezielten Kräftigungstraining wird auch die Dehnfähigkeit für den ganzen Körper erarbeitet.



Info-Box:

Wann: jeden Donnerstag, 19:00 – 20:00 Uhr

Wo: Gymnastikraum des TVN
begrenzte Teilnehmerzahl

ÜL: Irene Schmidt, Tel. 67648