

OUTDOOR FITNESS DES



Das Training ist eine Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining mit Kleingeräten und kann sowohl für Anfänger/innen, als auch für Fortgeschrittene angepasst werden.

Und ihr werdet sehen: Selbst bei „schlechtem Wetter“ macht Sport an der frischen Luft unglaublichen Spaß!

WANN

Kurs 1:

5 x dienstags
19 Uhr - 20 Uhr
Beginn 21. Sept. 2021

Anmeldung bis
16.09.2021

Kurs 2:

5 x donnerstags
19 Uhr - 20 Uhr
Beginn 23. Sept. 2021

Anmeldung bis
19.09.2021

Ab 5 Teilnehmer finden die Kurse statt.

WO

Hainhalle
Erich-Zeitler-Str. 5
85737 Ismaning

KOSTEN

Nichtmitglieder 65 EUR

Mitglieder 59 EUR

Anmeldung bei

Ingrid Meier
Tel. 089/9613456
outdoorfitness@turnen.tsv-ismaning.de

TRAINERIN

Annabell Wulff