

Bootcamp



Warm-Up
Ausdauer
Kraft
Zirkel

- Was:** Ausdauertraining & Krafttraining
- Wann:** Donnerstag,
10:00 – 11:00 Uhr
- Start:** 12.01.2023 (10 Termine)
- Wo:** kleine Turnhalle,
Lägen Diek,
49824 Emlichheim
- Dozent:** Cedric Breuer
- Mitzubringen:** Sportkleidung, Trinkflasche
- Kosten:** 50,00 €
- Anmeldeschluss:** 05.01.2023



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

SENFKORN

Senfkorn - Mehrgenerationenhaus
Emlichheim gGmbH
Wilsumer Str. 2 + 4
www.mgh-senfkornde.de

Anmeldung unter:
05943 98589 – 0
info@mgh-senfkornde.de