



TURNVEREIN BADEN E.V. VON 1910

TURNEN • HANDBALL • PRELLBALL • VOLLEYBALL • LEICHTATHLETIK • THEATER



Move your Body

Unter diesem Motto bieten wir, der TV Baden, einen Fitnesstag an, um sich einmal so richtig auszupowern und seinen Körper von neuen Seiten kennen zu lernen.

An diesem Tag bieten wir Body-Workout, Tabata und Stretch & Relax an.

Die Themen bieten für jeden, ob Fortgeschritten oder Anfänger, eine Herausforderung. Denn jeder kann in seinem beliebigen Level trainieren und sich so an diesem Tag auf sich selbst konzentrieren.

Wann: 28. Mai 2016, 13.30 Uhr bis ca. 17.00 Uhr

Wo: Lahofhalle, Verdener Str. 180, 28832 Achim- Baden

Kosten: 15,-- € für den gesamten Tag

Trainer: Ann-Kristin, Heike und Steffie

Was muss ich mitbringen? Sportkleidung, Trinken und natürlich gute Laune 😊

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Anmelden könnt ihr euch **bis zum 18. Mai** bei Steffie unter folgender Adresse:
stefaniekahl@gmx.net

Die Gebühren für den Tag bitte bis **zum 20. Mai** auf das folgende Konto
IBAN: DE75 2915 2670 0014 1459 24, BIC: BRLADE21VER, Betreff: Fitness- Tag+ Name
überweisen.

Wir freuen uns auf Euch! 😊

