



TURNVEREIN BADEN e.V. VON 1910

TURNEN • HANDBALL • PRELLBALL • VOLLEYBALL • LEICHTATHLETIK • THEATER

******NEUER KURS****NEUER KURS****NEUER KURS****NEUER KURS******

Outdoor Fit- Camp

Beim Outdoor Fit- Camp geht es darum, dass wir bei Wind und Wetter die Natur nutzen um uns dort sportlich zu verausgaben. Das bedeutet, dass wir durch Wald und Wiesen laufen und zwischendurch verschiedene Kraftübungen machen, auch mit Materialien, die uns die Natur gibt, wie Baumstämme oder Steine.

Voraussetzung dafür ist natürlich der Wille den guten, alten Schweinehund zu überwinden, auch wenn das Wetter mal nicht ganz mitspielt und eine gewisse Grundfitness.

Der 6- Wochen- Kurs findet zweimal die Woche jeweils ca. 1 Stunde im Zeitraum von 2. Mai 2017 bis zum 8. Juni 2017 statt

**Wann? Dienstags ab 19:30 Uhr
 Donnerstags ab 20:00 Uhr**

Treffpunkt: Vereinsheim TV Baden, Verdener Str. 180

**Kosten: 50€ für nicht Vereinsmitglieder
 25€ für Vereinsmitglieder**

Trainer: Ann-Kristin Bick

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Maxiteilnehmerzahl: 15 Personen

Du solltest gute Laune, wetterangemessene Sport-Kleidung und den Willen den Schweinehund zu überwinden mitbringen☺

Anmeldung unter:

- Ute Golinski: info@turnverein-baden.de oder 04202-71441
(montags 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr)
- Ann-Kristin Bick: anne.bick@web.de oder 017698588604 (ab 16.00 Uhr)

Bezahlung **vor Kursbeginn** auf das Konto

IBAN: DE75 2915 2670 0014 1459 24

SWIFT-BIC: BRLADE21VER Betreff: Outdoor + Name