



Neuer Kurs:

Trampo - Fit

Mit viel Spaß und guter Musik wollen wir das Trampolin als Trainingsgerät kennenlernen.

Es ist ein gelenkschonendes, sanftes Ausdauertraining, stärkt den Beckenboden und die Körper/ Bauchspannung sowie die Koordination!

Start: Donnerstag, 22.8.2019 von 19.00-20.00 Uhr

Turnhalle der Grundschule am Sachsenhain, Mühlenweg 9, 27283 Verden

6x = 27,-€ (Nicht- Vereinsmitgl.)

15,-€ (Vereinsmitgl.)

Interesse geweckt????

Infos und Anmeldung: Kerstin Meinke, Tel.: 04231-72644