

Neue Fitnessgruppe

Du möchtest dich nach einer langen Sportpause endlich wieder bewegen und hast aber keine Lust auf Einzeltraining im Fitnessstudio?
Dann bist du bei uns genau richtig!

In unserer neuen Fitnessgruppe trainieren wir **ab dem 23.08** Breitensportler ab 16 Jahren gemeinsam. Egal ob individuelles Kraft-, Ausdauertraining oder einfach nur etwas sportliche Bewegung mit anderen zusammen, bei uns kommt jeder auf seine Kosten!

Sei auch du ein Teil unserer neuen Gruppe und komm zum kostenlosen Probetraining im August und September.

Wann? Immer Montags 19.30 – 20.30 Uhr

Wo? Sporthalle des Königin-Mathilde-Gymnasiums (Vlothoer Str. 1, 32049 Herford)

