MTV Wilster von 1880 e.V.

Cardio-Training-Kurs

Was? Wir trainieren das Herz-Kreislauf-System und führen Kraftübungen mit dem eigenen Körpergewicht durch.

Wann? Donnerstags 18.30 bis 19.15 Uhr (ca. 12 Termine bis zum 12.10.2023)
kein Kurs in den Sommerferien (17.07. bis 26.08.2023)

Wo? Halle der Gemeinschaftsschule Wilster

Wer? Kursleitung: Mirjana Savic

Ausrüstung?
- ✓ Sportklamotten, Trinkflasche
- ✓ Spaß an Bewegung & Ausdauer

Kosten? Für MTV Mitglieder kostenlos, Nicht-Mitglieder zahlen 48€.

Anmeldung? Start des Angebots ist am 01.06.2023!
Um Anmeldung wird gebeten per email: mtv-wilster@t-online.de

Bei Fragen wendet euch an Euer MTV Team, Wilster, 22.05.2023

mtv-wilster.de

mtv.wilster

Donnerstags 16-17.30
04823 9204159

mtv-wilster@t-online.de