

Termine Allround - Fitness



| | |
|--|---|
| 03.Januar - 28.Februar 21. März - 30. Mai 06. Juni - 01.August | Yoga Kurs 1 <i>ausgebucht</i> Yoga Kurs 2 <i>wichtig: mit Anmeldung</i> Yoga Kurs 3 <i>wichtig: mit Anmeldung</i> |
| 25. März | Mitgliederversammlung |
| 09. April | Arbeitseinsatz auf dem Sportplatz/ Sportlerheim/ Turnhalle |
| ab 27. April bis 15. Juni | Präventionskurs - <i>wichtig: mit Anmeldung</i> „Haltung und Bewegung als Ganzkörpertraining“ |
| | Kneippfest in der Karlsruhagener Kindertagesstätte (Hilfe für die Betreuung der Stationen wird benötigt) |
| 29 .Juni | Radtour/ Grillparty in die Sommerpause (Wer hat eine gute Idee für die Gestaltung) |
| Juli -August | Sommerpause der Allround- Fitnessgruppe |
| ab 06. Juli bis 31. August | Präventionskurs - <i>Wichtig: mit Anmeldung</i> Präventives Ausdauertraining / Nordic Walking |
| 25. Juni | Sommer - Vereinssportfest (Hilfe bei der Betreuung der Stationen wird benötigt) |
| 09. Juli | Wandertag mit Arno (mit Anmeldung) |
| ab 07. September bis 26. Oktober | Präventionskurs : - <i>Wichtig: mit Anmeldung</i> „Haltung und Bewegung als Ganzkörpertraining“ |
| 21. Dezember | Weihnachten der Allround- Fitnessgruppe |

Genauere Informationen bekommen Sie rechtzeitig in den Trainingsstunden oder
nutzen unsere Internetseite.

**Sport stärkt Arme, Rumpf und Beine,
kürzt die öde Zeit.
Und er schützt uns durch Vereine vor
der Einsamkeit“**

J.Ringelnitz

