

Habe Spaß, mache mit, werde fit: Der Haimbacher Sportverein möchte ab dem 13. Januar einmal in der Woche freitags ein neues Fitnessprogramm anbieten, für "Junge Leute und jung Gebliebene". Ziel des Kurses ist es, Fitness, Kraft, Ausdauer und Koordination zu trainieren. Jeder kann mitmachen und jederzeit einsteigen. Trainiert wird zu fetziger Musik. Wir schwitzen mit viel Spaß z.B. bei Deepwork und FightFit und entspannen anschließend in einem ausgiebigen Stretching. Einsteiger sind immer willkommen. Die Gruppe wird von Kursinstructor Martina Petrusch trainiert. Neugierig geworden? Interessiert? Dann bitte bei Bettina Müller, Tel. 0661/78100 melden, damit es bald losgehen kann.