

Gestärkt in die Saison



Liebe Tischtennispieler,
liebe Bowlingspieler / -innen,
liebe Beachvolleyballer / -innen,
liebe Ehepartner,

die Gymnastikabteilung ist regelmäßig zu den Vereinsmeisterschaften für Nichtaktive eingeladen.
Nun möchten wir euch einladen mit uns, nach den Ferien, die Hallensaison zu beginnen.

Termin: 16.09.2015

Zeit/Ort: 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Schulturnhalle Volksschule St. Georgen
Bayreuth, Riedelsberger Weg 20

Programm:

- Erwärmung,
- Stärkung von Bauch und Rückenmuskulatur,
- Dehnung und Entspannung

Bitte mitbringen:

- Die Ehepartnerin bzw. der Ehepartner
- Ein Handtuch für die Hallenmatte

Ausklang: Gaststätte Grüner Baum

Ich freue mich auf euer Kommen!

Helga

*„Man soll dem Körper etwas Gutes bieten,
damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.“*

Sir Winston Churchill

