



Frauentag

Fitness + Gesundheit + Entspannung

Sonntag, 18.09.2016

Der TuS - Wir sorgen für Bewegung

Yoga Aerobic Bauch-Beine-Po Stepp-Aerobic

EPS (European Power Stretch) Walking

WSG (Wirbelsäulengymnastik)

Sportliche Workshops gemischt mit Informationen zu
Ernährung, Nachhaltigkeit, Gesundheit, Kreativität + Wellness

Angebot	18.09.2016 - 10.00 bis ca. 17.00 Uhr inkl. Mittagessen Mehrzweckhalle Neudorf-Platendorf, Am Mittelpunkt 9 in 38524 Sassenburg
Kosten	30 € für TuS Mitglieder / 55 € für Nicht-Mitglieder Nichtmitglieder sind nicht versichert!
Mitzubringen	Sportmatte, Turnschuhe für drinnen und draußen, bequeme Kleidung, Duschsachen, Handtuch, Getränk
Anmeldung	Barbara Busse, Tel. 05378-980977, barbara.b.sa@t-online.de