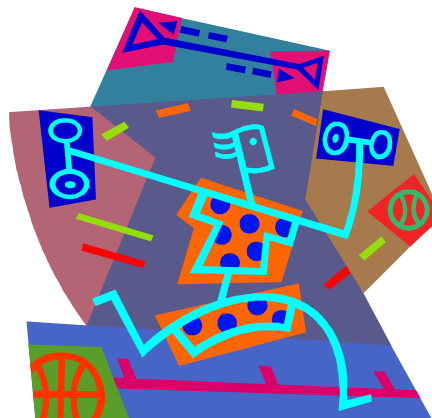


Kontakt: Armin Wider
im Rebhügel 48
5445 Eggenwil
Telefon: 056 633 29 83
Email: awider@sunrise.ch



Fitnessturnen Eggenwil

EINLADUNG

Fitnessturnen für Jedermann in Eggenwil

Liebe aktive Teilnehmer und Interessierte

Wir freuen uns, das Fitnessturnen auch im kommenden Winterhalbjahr wieder anbieten zu dürfen. Der Auftakt erfolgt nach den Herbstferien der Schule und dauert bis Ende März 2015.

Beginn / Ende: 16. Oktober 2014 bis 26. März 2015
Wann: Jeden Donnerstagabend von 20.15 - 22.00 Uhr
Wo: Turnhalle in Eggenwil

Achtung: Turnen fällt aus am: 25.12.2014 und 01.01.2015

Das Fitnessturnen ist eine gute Vorbereitung für jeglichen Wintersport und offen für alle Generationen. Teilnehmen können alle, ob Frau oder Mann ab 16. Altersjahr. Für die Deckung der Unkosten wird ein Beitrag von Fr. 3.-- pro Lektion und Teilnehmer erhoben. Die Teilnahme ist stets freiwillig und hat keine weiteren Verpflichtungen zur Folge.

Für ausreichenden Versicherungsschutz müssen die Teilnehmer selber sorgen.

Das Ziel ist und bleibt unverändert: Wir wollen die Fitness, die Kondition und die Beweglichkeit über die Wintermonate steigern und halten. Mittel dazu sind Übungen mit Musik, Fitnessparcours, Kraftübungen, Übungen mit Geräten usw. Der letzte Teil ist immer für Ballspiele reserviert. Selbstverständlich wird auch das gemütliche Zusammensein nach „getaner Arbeit“ gepflegt.

Mitmachen kommt beim Fitnessturnen vor dem Rang, deshalb lautet unser Motto:

Komm und mach mit, werde oder bleibe fit!

Das Leiterteam würde sich freuen, auch Dich begrüßen zu dürfen.