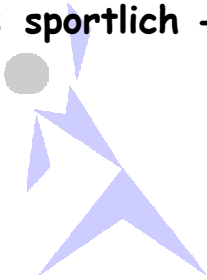


# Donnerstag Frauenturnen



Wir sind: sportlich - fit - vital - motiviert - ehrgeizig



wir sind einfach gut drauf



Ob mit  
Stab, Tube, Band  
Matte, Flexi-Bar

ob Herz-  
Kreislauftraining  
oder Kräftigung

ob schwitzen oder  
erholen



**Wir machen alles mit - und das mit Spass!!!**



Wir waren dabei: Turngala am 19.11.2011!



Wer wir sind? Hier kann man's sehen: 25 – 30 Frauen ab ca. 35 Jahren, die sich immer auf Donnerstag abend freuen, wenn Fitness-Training auf dem Plan steht. Hast du Lust? Wir freuen uns auf dich!

**Unsere Trainingszeiten:** donnerstags, 19:45 – 20:45 Uhr in der Sonderschulturnhalle

**Unsere Übungsleiterin  
und Ansprechpartnerin:** Heike Holl  
ÜL Prävention Erwachsene, Profil Herz-Kreislauf  
Tel: 07363/95 20 70