

OUTDOOR**TRAINING**

-Strong Together

Ziel:

Warum auch nicht weiter im Sommer etwas für die Gesundheit und den Körper machen.

Beim "outdoor fitness" wollen wir gemeinsam Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination über den Sommer aufrechterhalten.

Natürlich wird dabei auch nicht auf den Spaß vergessen.



Mitzubringen ist:

Etwas zum Trinken
Bequeme Sportbekleidung
Eigene Matte wenn vorhanden

Auf Euer Kommen freuen sich Sonja Leimlehner und Kevin Freinschlag
Jeden **2. Montag** ab 13.Juli 2020 von 18:45 bis 19:45 am
Sportplatz in Allerheiligen
nur bei Schönwetter

Gratis für alle Mitglieder der Sportunion Allerheiligen.
Kosten für nicht Mitglieder 10 € pro Teilnehmer