



Ferienangebot



Gefrustet, weil die Sommerferien vor der Tür stehen und du sechs Wochen keinen Sport in der Turnhalle treiben kannst? Dann haben wir genau das richtige für dich!

In den ersten vier Wochen der Sommerferien bietet die Sportvereinigung für ihre Mitglieder 8 Kurse an - jeweils Dienstags und Donnerstags im Vereinsheim -, bei denen du dich auspowern kannst.



Interessiert? Dann trage dich verbindlich in die Liste am schwarzen Brett ein und notiere dir deine(n) Wunschtermin(e)! Der einstündige Kurs kostet 2 € (vor Ort zu zahlen) und es müssen mindestens 5 Personen teilnehmen.



Wir freuen uns auf euch und hoffen auf einen großen Anklang.

Fragen unter: sport@spvg-eppendorf.de

Folgende Kurse finden statt:



1. Dienstags 7. und 14. Juli, 19 Uhr
Stride-Walk-fit mit Heidi
(hierfür bitte Walkingstöcke mit Pads mitbringen -falls vorhanden)

2. Donnerstags 9. und 16. Juli, 19 Uhr
BOP mit Maren

3. Dienstags 21. und 28. Juli, 19 Uhr
Herz-Kreislauf- Training mit Margret

4. Donnerstags 23. und 30. Juli, 19 Uhr
**Let's dance - Aufbau einer einfachen
Choreographie mit Spaß an der Bewegung
mit Anja**



...ja, DU bist gemeint!