



Für alle Frauen ab 14 Jahren
Für deine Fitness und Gesundheit

Frauen-Turnen in Wittinsburg

Kein Training in den Schulferien

Jeweils Mittwochabend,
19.45 - 20.45 Uhr

Turnhalle Wittinsburg

Das abwechslungsreiche Training
beinhaltet u. a. folgende Elemente:

- **Aufwärmen** mit Step, Parcours, Aerobic etc.
- **Body-Forming** Kräftigung von Bauch, Beine, Arme, Rücken
- **Ausdehnen**

Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmerinnen

Teilnahmegebühr pro Jahr: CHF 100.-
bis 16 Jahre alt oder in Ausbildung: CHF 50.-
für Vereinsmitglieder: selbstverständlich kostenlos

Einfach vorbeischaun und ausprobieren

Mit unseren erfahrenen Leiterinnen:

Kathrin, Salome und Monika

Bei Fragen steht dir Kathrin Bieri gerne zur Verfügung.

079 773 84 01 / kathrin-bieri@bluewin.ch



Turngruppe Wittinsburg
www.tgwittinsburg.ch