



TSV Kareth-Lappersdorf
TENNIS

DEIN SOMMER – DEINE FITNESS!

- abwechslungsreiches Sportprogramm
- Leitung durch unsere Fitness-Queen Dagmar
- ohne vorherige Anmeldung
- kostenlos



Die folgenden Trainingsstunden werden angeboten von 02. Mai - 27. Juli 2023:

Dienstag:	19.30 - 20.30 Uhr	Tabata HIT-Training, Treffpunkt Geschäftszimmer
Mittwoch:	08.30 - 09.30 Uhr	WSfit (Stockbahn oder Kunstrasen, immer Outdoor)
Mittwoch:	09.30 - 10.30 Uhr	Damengymnastik (Gemeindehalle oder Stockbahn)
Donnerstag:	18.30 - 19.30 Uhr	WSGym, Treffpunkt Geschäftszimmer (immer Outdoor)

(Tabata ist geeignet ab ca. 14 Jahren)