

Bericht der Gymnastiksparte

Neben unseren altbewährten Fitnessstunden (BBP, Step-Aerobic, Seniorengymnastik) werden auch unsere neuen Angebote Karibian Fitness, Box dich fit und Mama fit-Baby mit, sehr gut angenommen. Bei uns ist für jedes Alter etwas dabei.

In unserem Sommerferienprogramm nehmen wir auch mal andere Themen mit rein, wie zb. Intervalltraining, Bauch total, Zirkeltraining und Streck und Relax, was von unseren Mitgliedern sehr gut angenommen wird.

Bärbel