

NACHBARSCHAFTS TREFF

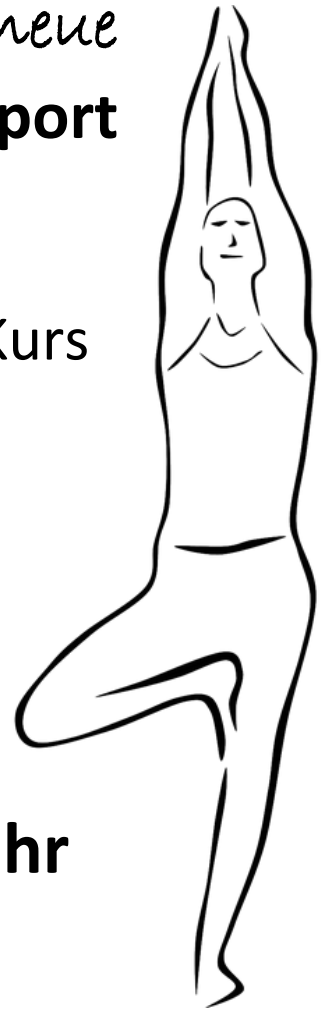
Elsässer Straße 15, 22049 Hamburg, Tel: 693 00 94, nachbarschaftstreff@web.de

Du hast **gute Vorsätze** für das neue Jahr und willst wieder **mehr Sport** machen?

Dann melde Dich an für den neuen Kurs
ab Februar 2025

Frauenfitness

Leitung: Birgit Schaper



Dienstags von 11:15 bis 12:15 Uhr

Teilnahmebeitrag: 2,60 Euro pro Termin,
zahlbar am Monatsanfang



Gymnastik- und Fitnessübungen



Muskelkräftigung mit Therabändern u. v. m.



Entspannungs- und Regenerationseinheiten

Eine Anmeldung ist erforderlich! Tel.: 693 00 94