

SC CONDOR

WIR MACHEN SPORT

RUNDUM FIT



RUNDUM FIT

Training für den ganzen Körper

Stärke Deine Muskelkraft, bring Dich ins Schwitzen & verbessere Deine Koordination, Dehnfähigkeit und Motivation.

Mit *Rundum Fit* trainierst Du in der Gruppe und genießt anschließend die wohltuende Entspannung. Das Ganzkörpertraining wird mit dem eigenen Körpergewicht oder Hilfsmitteln sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene angeboten. **Mach Dich fit!**

TAG & ZEIT: mittwochs, 18:30 bis 19:30 Uhr
fortlaufendes Angebot

ORT: Erich-Kästner-Stadtteilschule
An der Berner Au 12, rote Halle

LEITUNG: Alexandra Jantz
(B-Lizenz Prävention und
Entspannungstrainerin)

KOSTEN: Mitgliedschaft in der Sparte
Fitness und Gesundheit
(18 € monatlich), kostenfreies
Schnuppern möglich

Infos: telefonisch unter 643 27 49 oder bei
Petra Todt unter petra.todt@sccondor.de

KONTAKT

Geschäftsstelle **SC Condor von 1956 e.V.**
Berner Heerweg 188
22159 Hamburg

Telefon: 040 - 643 27 49

Fax: 040 - 875 01 807

E-Mail: info@sccondor.de

Homepage: www.sccondor.de