



Badminton
Volleyball
Turnen
Tennis
Fußball
Tischtennis
Leichtathletik
Radsport

SC-Füchtorf von 1946 e.V.

SC-Füchtorf von 1946 e.V. – www.sc-fuechtorf.de

Gymnastik *meets* Yoga

Anlässlich des Weltfrauentages lädt der SC Füchtorf zum Frauenaktionstag ein.

Alle interessierte Frauen sind eingeladen, das Frauen - Sportangebot des SC Füchtorf als auch die Übungsleiterinnen der unterschiedlichen Sportgruppen an diesem Tag kennenzulernen.

Wann: 09.03.2019
Wo: Turnhalle SC Füchtorf

Start: 11 Uhr

Begrüßung und Vorstellung

1. Sporteinheit: **Stepaerobic + funktionelle Gymnastik**
Leitung: Christina Laumann (ca. 60 min)

Pause

2. Sporteinheit: **Fit für den Alltag**
Leitung: Silvia Thannhäuser (ca. 60 min)

Pause

3. Sporteinheit: **Yoga**
Leitung: Regina Wessel (ca. 60 min)

Was braucht ihr: Sportkleidung und ein Handtuch
In den Pausen gibt es Getränke und kleine Snacks.

Anmeldungen erwünscht bei Christina Laumann, Tel. 05426 807528 (ab 18 Uhr)
Weitere Infos zur Mitgliedschaft etc. finden Sie auf unserer Homepage.

Wir freuen uns auf euch
Silvia, Christina und Regina