



# fitness vibes

## Gruppenkurs – Abwechslung und Spaß in der Gruppe

BODY SHAPE - RÜCKEN FIT – STRECH – YOGA – MOBILISATION –  
GANZKÖRPER BODY WORKOUT

für jede Altersgruppe ab 8 Jahren

mit dem Team der „AKTIV PRAXIS Altenhof“

|           |                                                |
|-----------|------------------------------------------------|
| Location: | Turnsaal Mühlgraben (indoor + outdoor)         |
| Start:    | 03. Oktober 2023                               |
| Wann:     | jeden Dienstag                                 |
| Beginn:   | 19.15 Uhr                                      |
| Kosten:   | je Einheit € 5,- (kann vor Ort bezahlt werden) |
| Dauer:    | 50min/je Einheit                               |



Bei Fragen: Sabrina Halb 0664/8960803

