SPIELEND FIT

Baumberger Turn- und Sportclub 1897 e.V.

Ab sofort montags

Mit Spielen die eigene Fitness verbessern

Du möchtest dich gerne sportlich betätigen, magst dich aber nicht auf eine Sportart festlegen? Dann komm gerne zu einer kostenlosen Probestunde bei uns vorbei. Wir beginnen unsere Stunde mit einer abwechslungsreichen Aufwärmung und kleinen Spielen. Weiter geht es dann mit bewährten (Sport)spielen wie Badminton, Indiaca, Hockey und vielen mehr. Aber auch neue Spiele probieren wir gerne aus. Nebenher lassen wir kräftigende Übungen in unser Programm einfließen.
Wenn für dich der Spaß am Spielen und nicht der Wettkampfgedanke im Vordergrund steht, schau gerne bei uns vorbei. Wir sind eine noch kleine Gruppe, die sich über weitere Mitspieler freut.





Montags 18:30 - 19:30 Uhr
Turnhalle der Armin-Maiwald-Schule
(Eingang links neben dem Bürgerhaus Baumberg)

Nähere Informationen erhaltet ihr bei den Übungsleiterinnen Alina und Anke Wodarz unter spielend-fit@gmx.de oder direkt vor Ort.

BTSC 1897 e.V.
Baumberger Turn-und Sport-Club

Baumberger Turn- und Sportclub 1897 e.V.
Geschäftsstelle
Europaallee 1
40789 Monheim am Rhein
Tel. 02173-60639
Web: www.btsc1897.de
E-Mail: info@btsc1897.de

Gemeinsam gegen sexualisierte & interpersonelle Gewalt
QUALITÄTSBÜNDNIS SPORT NRW
DES LANDESSPORTBUNDES NORDRHEIN-WESTFALEN E.V.