

Gemeindehalle Hohenmemmingen
Staufener Straße 2
89537 Giengen an der Brenz
Stadtteil: Hohenmemmingen

Inhalte

Bauch, Beine, Po, Rücken– Training mit und ohne Kleingeräte!

Basisübungen mit vielen Varianten werden in Theorie und Praxis vorgestellt und mit dem entsprechenden Hintergrundwissen erarbeitet. Das Training kann dadurch – auch im Hinblick auf die Leistungsfähigkeit unterschiedlicher Teilnehmer – abwechslungsreich und gesundheitsorientiert gestaltet werden. Zum Einsatz kommen Trendgeräte zum Kennen lernen aber auch traditionelle Kleingeräte.

Referentin

Christine Euchner
Lieselotte Banzhaf

Zeit

9.30 Uhr – 17.00 Uhr
Ab 16.30 Uhr Kaffee

Ort

89537 Giengen an der Brenz

Ihre Arbeitskreisfrauen

Heidenheim:
Lieselotte Banzhaf
Ostalb: Karin Misselwitz
Ulm: Petra Hegele, Anke Mack
ab September

Teilnahmegebühr

10 Euro Mitglied
20 Euro Nichtmitglied
zzgl. Kosten für Verpflegung
Hallengebühr übernimmt der Kreis

Anmeldung bei

Lieselotte Banzhaf
Tel.: 07322/23367 privat
Handy: 01573 - 3734933 (WhatsApp)
E-Mail: Lieselotte.Banzhaf@web.de
Anmeldeschluss: 27.09.2019

Bitte mitbringen

ÜL-Ausweis
Gymnastikmatten

Landesseminare:

Sportconvention
01.-02.02.2020

Fortbildung für Gymnastikleiterinnen



Samstag, 12.10.2019
Gemeindehalle
Hohenmemmingen

KreisLandFrauenverbände
Heidenheim, Ostalb, Ulm im
Auftrag

**Land Frauen**
Bildungs- und Sozialwerk
des LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.