



# FSV Leiningen - Norath e.V.



## Abteilung Damengymnastik

– ACHTUNG – VORANKÜNDIGUNG –

### ***Schnuppertraining beim FSV im Mai – kostenlos dabei***

Ab dem 07.05.2014 beginnt ein kostenloses Schnuppertraining.

Raus aus Alltag, Familie und Beruf - rein in Bewegung, Fitness und Entspannung.

Wir treffen uns jeden Mittwoch um 19.00 Uhr im Gemeindehaus in Leiningen.

#### ***Was erwartet Euch???***

Funktionelle Gymnastik – Herz-Kreislauf-Training – Kräftigung der Muskulatur

#### ***Womit wird das Ziel erreicht???***

Gymnastikbänder – Flexi-Bars – Zirkeltraining und vieles mehr

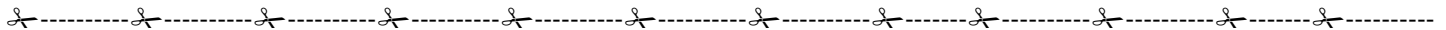
#### ***Was müsst Ihr mitbringen???***

Motivation – Interesse – Handtuch – Getränke und den ausgefüllten Abschnitt

Keine Vorkenntnisse erforderlich!!!

Das Schnuppertraining wird durchgeführt von Übungsleiterin Frau Anja Platt.

Ansprechpartner: Birgit Querbach, Waldstr. 4, 56291 Leiningen.



Hiermit melde ich mich zum Schnuppertraining an.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Anschrift, Telefon: \_\_\_\_\_

- ich bin Vereinsmitglied
- ich bin kein Vereinsmitglied