



Vorarlberger
Familienverband 
Großwalsertal

Frauen in Bewegung mit Carmen Stark

**Ab Montag, 15. Jänner 2018
jeweils um 20⁰⁰ Uhr in Thüringerberg**

Ab dem 15. Jänner bieten wir in Thüringerberg wieder ein Fitnesstraining für Frauen an. Es wird eine tolle **Mischung aus Aerobic, Step-Aerobic, Bauch-Beine-Po und Entspannung**, begleitet von Musik. Außerdem wird es – je nach Wetter- bzw. Schneelage – auch ein paar **Walking-Einheiten** geben (Diese werden spontan ausgemacht und können eventuell auch in Thüringen stattfinden).

10 Kurseinheiten zu je 60 Minuten

jeweils montags um 20⁰⁰ Uhr
im Sunnasaal

15. Jänner – 26. März 2018 (am 12.02. fällt das Training aus!)

Mitzubringen sind: bequeme Turnkleidung, Hallenturnschuhe, Turnmatte, Trinkflasche, Handtuch und vor allem viel Spaß und gute Laune!

Gesamtpreis € 40,- für Mitglieder des Familienverband Vorarlberg und des USV Thüringerberg, **€ 45,- für Nichtmitglieder**

Wir bitten um Anmeldung bei Bianca Groß 0664/4110851



Gesundheits- und Krankenpflegeverein
Thüringerberg