

# Frauen in Bewegung – Start im Mai

## Outdoor-Training mit Manuela

**Ab Montag, 2. Mai 2022 | 19:00 Uhr | Thüringerberg**

Wir freuen uns, dass wir wieder ein Fitness-Training für Frauen anbieten können. Die Einheiten finden im Freien statt – es ist eine Kombination aus Lauftraining, Krafttraining, Intervalltraining und Bauch-Beine-Po.

- Einheiten:** 10 Kurseinheiten zu je 60 Minuten  
Montag, 2. Mai bis Montag, 11. Juli 2022  
jeweils von 19:00 bis 20:00 Uhr
- Treffpunkt:** Soccerplatz Thüringerberg
- Mitzubringen:** bequeme, dem Wetter angepasste Fitnesskleidung und -schuhe,  
Trinkflasche, Handtuch und Spaß an der Bewegung!
- Kosten:** € 50,- für Vereinsmitglieder, € 65,- für Nichtmitglieder
- Anmeldung:** Anmeldung bis 20. April bei Katharina Küng unter 0650/9115249

Das Training wird unter den gültigen COVID19 Schutzmaßnahmen durchgeführt.