

Body Workout



Wann: ab dem 16. Januar 2024

Dienstags von 18:00 – 19:00 Uhr

Wo: in der **Sporthalle der TSG Bokel**

Wer: Männer und Frauen jeden Alters

Ziel: Förderung der Fettverbrennung, Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems, Muskelaufbau und Spaß an der Bewegung



Ich freue mich auf euch!

Jessica

Bei Fragen meldet euch
gerne unter

turnen@tsg-bokel.de