

Fitness für Einsteiger



(teils in den Sommerferien)

In den Ferien findet ein Fitnesskurs für Einsteiger unter der Leitung von Lale Siemund statt.

Es richtet sich an Anfänger jeden Alters.

Reinschnuppern ist jederzeit möglich. Hygieneregeln nach den aktuellen Corona-Vorgaben.

Infos und Anmeldung unter: [0151-21103979](tel:0151-21103979)

[Lale Siemund](#)

MTV-Mitglieder: kostenfrei

Nichtmitglieder: Probetraining möglich

Training jeden Dienstag im Zeitraum 21.07. -04.08.2020

Training jeden Dienstag im Zeitraum 11.07. -25.08.2020

Wochentag	Sportstätte	Zeiten	Gruppe / Trainerin
Dienstag	MTV-Sportzentrum (oben)	18:00 – 19:00 Uhr	Anfänger / Lale Siemund
Dienstag	MTV-Stadion (Outdoor)	18:00 – 19:00 Uhr	Anfänger / Lale Siemund