

Cross Sport

Was passiert?

Beim **Cross-Sport** geht es um die ganzheitliche Fitness. Beweglichkeit und Koordination werden neben Kraft und Ausdauer sportartübergreifend geschult. Es ist ganz gleich, ob Du fit bist oder erst werden willst, denn die Angebote lassen sich auf jedes Leistungsniveau anpassen.

Wer ist dabei?

Jungen und Mädchen ab 10 Jahren und Jugendliche, Erwachsene

Wann und wo?

montags 17.45 - 19.00 Uhr
Turnhalle Hehlen

Übungsleiter:

Daniel Jung - Telefon: 3628
Merlin Schubert - Telefon: 4785

