

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 egal, ob du fit bist oder es erst werden willst, denn die Angebote lassen sich auf jedes Leistungsniveau anpassen.

Wer ist dabei?

Jugendliche ab 12 Jahren

Wann und wo?

donnerstags 19.00 - 20.15 Uhr
Turnhalle Hehlen



Bild von Pixabay

Übungsleiter:

Daniel Jung
Telefon: 017664416385



Bild von Pixabay

Startschuss!
jederzeit

Wir haben ein Hygienekonzept

Für Jugendliche reicht der Schultest aus!