

Bericht der Abteilung Aerobic

In der Barbaraschule in Altenkessel findet wöchentlich dienstags ab 19:15 – 20:15 Uhr unser Training statt.

Mit Stepp-Aerobic, Bauch-Beine-Po, Bändern und Gesundheitsbällen ist unser Training sehr abwechslungsreich.

Mit der passenden Musik bewegen wir uns im Takt (mehr oder weniger 😊)

Auch die Gemütlichkeit kommt bei uns nicht zu kurz!

Zweimal im Jahr treffen wir uns in der Turnhalle zu einem gemütlichen Beisammensein am selbst zusammengestellten Buffet und spritzigen Getränken um uns für die „Qualen“ zu belohnen.

Haben wir euch neugierig gemacht?!

Kommt doch einfach mal vorbei!

Nach den Schulferien starten wir wieder voll durch!!!

Altenkessel, 16.07.2021