

DO WAT!

2023

Spiele & Spaß

**Workout- Ballspiele –
Power Circle für alle**

DO WAT!

5 Gründe dabei zu sein!!!

**Durch regelmäßiges Training wir man
glücklicher und das Risiko für Herz-
Kreislauf-Erkrankungen reduziert sich.**

1. Ausdauer **
2. Koordination **
3. Beweglichkeit **
4. Kraft **
5. Schnelligkeit **

Jetzt heißt es glücklicher werden!

**DO WAT!
5-MAL-PROBE**



NEU NEU NEU

**DO
WAT!**



Frau* & Mann*

Leitung: Herbert Hansen

- **Anmeldung:**
- **04673 96048**
- **01607858210**

Mittwoch: 01.03. 2023

Uhrzeit: 20:00 Uhr

wo: Sporthalle

Schau vorbei!!!

März 2023

1.3.23

8.3.23

15.3.23

22.3.23

29.3.23