



Fitness-Gymnastik

Montag 18:00 – 19:00 Uhr

Unsere Fitness-Gymnastik richtet sich an alle Sportbegeisterten ab 50 plus. Sanfte und schwungvolle Übungen erhalten uns mobil und steigern Ausdauer, Koordination und Kraft.



Bei Interesse oder für weitere Informationen wendet euch an Marina Leipold unter 0171/9287857 oder gymnastik.spvgghessdorf@web.de