

# *Fitness Kurs für junge Frauen*

ab Dienstag  
14. November  
2017



*Wir bieten...*

... 60 Minuten Training für  
jüngere Frauen der 1970-90er  
Jahrgänge.

... Kraft, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining,  
Ganzkörperworkout in Zweiertteams &  
bei Interesse auch Outdoor-Training.

VfL Mitglieder trainieren kostenfrei,  
Nichtmitglieder zahlen einmalig 25 €.

Anmeldung & Absprachen per Whatsapp  
unter 01 60 95 23 50 98  
(Jennifer Homann)  
oder 0176 61 70 89 01  
(Isabelle Hertel)

**dienstagabends**  
**19:30 - 20:30 Uhr**  
Großsporthalle Bad Arolsen  
Kursangebot bis 20.3.2018

designed by  freepik.com

**VfL**  
1861  
Bad Arolsen e.V.