

SKIFIT ist zu Gast beim Skiturnen vom FSK Grossteil

Mittwoch, 20. November 20:00 Uhr in der MZH

Zusammen mit dem Skiclub Flüeli-Ranft als unsere Gäste.



Eine Fitnessinstructorin sorgt für eine Stunde voller Spass und Abwechslung und zeigt uns, wie wir unsere Kondition, Ausdauer und Koordination verbessern können.

Die Übungen macht jeder auf der Matte in eigenem Tempo. Kein Herumspringen in der Halle. Ende der Lektion um 21:00 Uhr. Anmeldungen bitte an Astrid 079 702 57 65 bis 18. November.