

Männer- und Frauenturnen 2016/17

Dorfgemeinschaft St. Marein

Mit
Mariella Schlatte



1 Stunde für den Körper:

Dehnen
Kräftigen
Bewegen
Musik
Gemeinschaft
Spaß
Gesundheit
Freude
Bestätigung
Muskelaufbau
Zufriedenheit
Mentales Training

Dem Altern ein
Schnippchen schlagen!

Mehrzweckturnsaal VS St. Marein

Start Montag 26. Sep. 18:30 für Damen und Herren