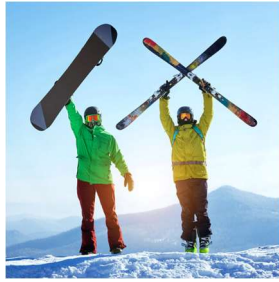


Fit für die Piste!



Skigymnastik

ab

19. November 2024 - 19.30 Uhr

Mit gezielten Übungen mobilisieren wir Eure Gelenke, stabilisieren Euren Rumpf, kräftigen Eure Bein-, Bauch- und Pomuskulatur und verbessern Eure Kondition!

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

**Immer dienstags 19.30 Uhr
in der
Schulturnhalle St. Wolfgang**

**Nicht nur für WintersportlerInnen,
sondern auch für Alle, die fit werden /
bleiben wollen!**

