

Spiel- und Sportverein DJK 1930 Gohr e.V.



Fußball • Breitensport • Boule - Gemeinsam – ein starkes Team

Unser Sportangebot: *Bodyforming / Stepp-Aerobic*

Jeden Dienstag von 19.00 bis 20.00 Uhr, in der Gohrer Turnhalle, im Sommer auch gerne schon einmal draußen, trainiert unsere Bodyforming- / Stepp-Aerobic-Gruppe. Unsere Übungsleiterin bringt die Teilnehmer dabei immer ordentlich zum Schwitzen. Sie bietet ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Stepper und vielen anderen Hilfsmitteln. Die harmonische Truppe hat sehr viel Spaß bei ihrem Sport und würde sich über neue Gesichter sehr freuen.

Ein Schnuppertraining ist jederzeit möglich!

Bei Fragen gerne an unsere Übungsleiterin Andrea Schmitz wenden, Tel.: 01517-4230936

