

Tag des Sports beim RTSV



Wann?

Am 21.04.2018 von 10-15 Uhr

Was?

Ⓜ Selbstverteidigung für Senioren mit Gerhard Rodigast

10-11 Uhr

Ⓜ Aktiv 60+ mit Hannelore Besser

11-12 Uhr

Ⓜ Pilates/ Rückenfit mit Hannelore Besser

12-13 Uhr

Ⓜ Step Aerobic mit Brigitte Meise

13-14 Uhr

Ⓜ Langhanteltraining mit Brigitte Meise

14-15 Uhr



Wo?

Im Vereinsheim in der Nobiskrüger Allee 42a in Rendsburg

Seien Sie beim ersten Fitnessstag des RTSV's dabei. Mit guter Laune und ausgebildeten Trainer wollen wir den Tag mit Ihnen verbringen und Sie durch ein umfangreiches Programm führen.

Für alle Teilnehmer, egal ob Vereinsmitglied oder nicht, ist die Teilnahme kostenlos. Für Kaffee, Obst und Mineralwasser vor Ort ist gesorgt.

Um besser planen zu können, bitten wir um eine Anmeldung an info@rtsv.de oder innerhalb der Öffnungszeiten (Montag 9.00-12.00, Donnerstag 15.30-19.00) telefonisch unter 04331-22750.