

# "Strong & Fit"

*in und durch den Winter*

## Power-WINTERSPORT-Training für Jedermann



Beginn:	29. September 2021, 18.30 – 20.00 Uhr
Ort:	Georg-Ledebour-Schule/ 2-fach TH
ÜLin:	Sophia Schneider
Kurs 1:	(Okt.–Dez. 21) : 50,00 € (incl. Sportvers.)
Kurs 2:	(Jan.–März 22): 50,00 € (incl. Sportvers.)
Kurs 1 + 2:	90,00 € (incl. Sportvers.)
<b>VfL-Mitglieder frei!</b>	

Jetzt heißt es „fit“ bleiben!

Wir trainieren den ganzen Körper:

„Beweglichkeit“, „Kraft“, „Ausdauer“, „Gleichgewicht“ und „Koordination“!

Egal ob JUNG oder ALT, ER oder SIE. jeder ist willkommen!

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich begeistern! Sie brauchen nur einfache Sportkleidung. Starten Sie sorglos, voller Elan und Begeisterung in die kommende Wintersaison 2021/22.

**Anmeldungen/ Infos:**



VfL Nbg., Salzbrunner Straße 38 / 0911-890654 / E-Mail: [info@vfl-nuernberg.de](mailto:info@vfl-nuernberg.de)

Öffnungszeiten: Di. 9.00 – 13.00 Uhr / Do. 13.00 – 18.30 Uhr