



SPORT IM PARK

GEMEINSAM TRAINIEREN – GESUND BLEIBEN



KOSTENLOS
UND OHNE
VORANMELDUNG

MO – FR VON **18.30 BIS 19.30 UHR**

SIEGBURG 26.7.-4.9.

KLEIBERG AM FUßE DES MICHAELSBERG

Montag bis Freitag, täglich von 18.30 bis 19.30 Uhr
Samstag Treffen bei Laufsport bunert von 10.00 bis 11.00 Uhr
...zusammen mit deinen Freunden und ausgebildeten Trainern!



WIR STARTEN AM

26.7.21 SIEGBURG

KLEIBERG AM FUßE DES MICHAELSBERG



DAS WOCHEN-PROGRAMM

Montag bis Freitag, täglich von 18.30 – 19.30 Uhr

Samstag Treffen bei Laufsport bunert von 10.00 – 11.00 Uhr

...zusammen mit deinen Freunden und ausgebildeten Trainern!

Montag: **TABATA Workout** | B-First

Dienstag: **Kardio Fitness** | Stadtsportbund

Mittwoch: **Entspannungs Yoga** | Helga

Donnerstag: **Hula Hoop Fitness** | Hellas Schwimmv.

Freitag: **Freeletics** | LAZ Puma Rhein-Sieg

Samstag: **Lauf Workshop** | Laufsport bunert*

* Treffpunkt immer um 10 Uhr beim Ladenlokal Bunert in der Mühlenstraße in Siegburg

Letzter Trainingstermin ist am **Samstag, den 4.9.21**



BARMER

