

Sportlehrpfad, Neu!!!!!!!!!!!!!!

Jetzt jeden Mittwoch um 17.00 Uhr, Treffpunkt Homberg (Funkmast).

Gesundheit erhalten, fördern und wieder erlangen sind unsere Ziele.

Jeder kann seine Gesundheit verbessern. Wir wollen in der Gruppe

unter Anleitung von Lothar Wildmoser daran arbeiten. Die

einzelnen Übungsstationen wechseln sich mit Phasen

des schnellen Gehens und dem sogenannten Slow Jogging nach Tanaka ab.

Ob trainiert oder untrainiert jeder hat seinen Benefit.

Jede Menge Gesundheitsinfos gibt es von Lothar gratis dazu.

Komm und mach mit.

Gib dem Motto:

GESUND sein und GESUND bleiben durch SPORT

ein Gesicht.

Weitere Infos siehe Homepage

www.sportverein-schopp.de