

4XF

Tour 2022



Functional Training im TV „Sachsenroß“ Hille

- Wann?:** 17.07.2022
- Zu welcher Uhrzeit?:** Von 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr
- Wo?:** Grünfläche vor dem Sportplatz Hille
- Wer?:** Alle Jugendlichen und junge Erwachsene bis 27 Jahre, sowie Übungsleiter*innen und Vereinsverantwortliche
- Was wird gemacht?:** Stunde 1 & 2 (10:00 Uhr -12:00 Uhr)
Gruppentraining / Functional Fitness Workshop
(bis zu 20 aktive Teilnehmer*innen)
- Stunde 3 & 4 (12:00 Uhr – 14:00 Uhr)
freies Training / Austausch für Sportler und Standortbegehung mit Übungsleitern*innen und Vereinsverantwortlichen
- Wie bin ich dabei?** Bitte per Whatsapp anmelden entweder a) aktiver Teilnehmer oder b) Beobachter
Wichtig: alle Hallenschuhe mitbringen!
Aktive Teilnehmer brauchen: Sportsachen
- Wo melde ich mich an?** Nina Tiemann: 0173 7796771
Dorit Rasche: 0152 34285912