

Sei aktiv – fühl dich gut!



Bodyfit für Frauen im 2022!

In den letzten 2 Jahren hat es viele Unterbrüche und Einschränkungen gegeben wegen Corona. Das ist nun hoffentlich vorbei.

Das Bodyfit für Frauen des BSC05 ist ab sofort wieder am turnen und freut sich auf deine Teilnahme.

Ein abwechslungsreiches Training mit viel Musik, Übungen für Bauch-Beine-Po usw, ein Gemisch aus Fitgym-Bodytoning-Stretching-Spiel und Spass.

Wann: Jeweils Donnerstag von 18.00 – 19.00 Uhr
(Einstieg jederzeit möglich)

Wo: Lindenhalle Buetigen

Versicherung: Ist Sache der Teilnehmerinnen

Kosten: Fr.10.- pro Lektion. Zahlung vor Ort

Anmeldung: Ist nicht erforderlich. Einfach vorbeikommen und mitmachen

Leitung: Hans Schläfli (Ausgebildeter Trainer Bewegung + Gesundheit, sowie Groupfitness-Leiter).

Weitere Infos: www.bsc-bueetigen.ch oder bei Hans Schläfli
Tel. 079 918 92 34, per E-Mail: h.schlaefli@hotmail.com

