Presseinformation

Immer in Bewegung bleiben!

Fitnesstag für Jedermann in der SBV-Sporthalle

Die Selbsthilfe-Bauverein eG Flensburg (SBV) und der Turn- und Sportbund Flensburg e.V. (TSB) sorgen gemeinsam für mehr Bewegung in Flensburg und laden herzlich ein zum

Fitnesstag für Jedermann in der SBV-Halle,
Elbestraße 20, 24944 Flensburg,
am Samstag, den 9. Juni von 14 bis 18 Uhr.

Sie wollten schon längst mal wieder Sport treiben und damit etwas für Ihre Fitness, Beweglichkeit und Gesundheit tun, die Umsetzung im geschäftigen Alltag ist dann aber doch nicht geglückt? Oder haben Sie Lust, auch einmal eine neue Sportart auszuprobieren? Dann kommen Sie doch in die SBV-Sporthalle zum Fitnesstag für Jedermann. Das TSB-Trainerteam hat einen tollen Mix aus Aerobic, Cardiotraining, Bauch-Beine-Po, Fitnesszirkel, Wirbelsäulengymnastik, Yoga und Pilates zusammengestellt (Programm siehe www.sbv-flensburg.de; www.tsb-flensburg.de). Das Angebot steht jedermann – unabhängig von einer Mitgliedschaft beim SBV und TSB - offen und ist kostenfrei. Alle Sportbegeisterten können den ganzen Nachmittag mitmachen oder zu den einzelnen Einheiten kommen. Bitte Sportkleidung, Handtuch und Getränke nicht vergessen.

Bewegen, zusammen Spaß haben und nebenbei auch noch etwas für die Gesundheit tun, der SBV und TSB laden alle ein, dabei zu sein. Da Bewegung und Sport hungrig machen, ist natürlich auch für das leibliche Wohl gesorgt.

Flensburg, am 29. Mai 2012

Für Informationen oder Rückfragen steht Ihnen Helga Piccolruaz (SBV Öffentlichkeitsarbeit) unter der Tel. Nr. (0461) 315 60 – 171 vormittags gerne zur Verfügung.