



Gymnastik beim SSV Merten

Der SSV Merten lässt sein Gymnastik-Programm wieder aufleben, sowohl für Damen wie auch Herren.

Am Montag, den 24. April finden Schnupperstunden statt, um 18 Uhr für die Herren und um 19 Uhr für die Damen, sind aber beide als „gemischte Gruppen“ zugelassen! Beide Stunden in den Turnhallen der Schulen am Heinrich Böll Platz in Bornheim Merten. Die 18 Uhr-Stunde beinhaltet schwerpunktmäßig „Wirbelsäulengymnastik“; die 19 Uhr-Stunde funktionelle Gymnastik/Aero BOP.

Bei entsprechender Resonanz finden die Stunden dann ab Mai regelmäßig statt, zunächst in der Halle, im Sommer auch im Freien.

Die Übungsleitung obliegt Frau Michaela Raab, pfleg. Gymnastiklehrerin.

Zu den Schnupperstunden bitte ISO-Matte und Handtuch mitbringen, ansonsten reicht einfache Sportkleidung. Um etwas planen zu können, bitten wir um Voranmeldung unter gymnastik@ssv-merten.de, die Voranmeldung ist aber nicht Bedingung. Spontane Teilnahme ist auch möglich !

Wir freuen uns auf Ihren Besuch, merken Sie sich den Termin vor !

Ihr SSV Merten 1925 e.V.