

# NEU



# Skigymnastik

## Fit in und durch den Winter

Die Teilnehmer lernen ihren Körper mit einfachen und effektiven Übungen auf die Anforderungen des Skisports vorzubereiten. Neu- und Quereinsteiger sind herzlich willkommen. Auch Nichtskifahrer werden ihren Spass haben.

**Los geht es am Donnerstag, den 22. Oktober 2015  
von 19.00 bis 20.00 Uhr  
in der Halle der Hauptschule Freckenhorst.**

Die Leitung übernimmt Clara Höft aus Sassenberg

Der Kurs läuft über ein Quartal. Die Gebühr beträgt 20,00€ für Vereinsmitglieder, 30,00€ für Mitglieder der Freckenhorster Skifreunde und 35,00€ für Nichtmitglieder.

