**Stärke Deine Muskeln gezielt und effizient**

**Werde fit und steigere deine Kondition**

**Trainiere gemeinsam mit uns**

Wir unterstützen dich beim Erreichen deiner Trainingsziele mit unseren Fitness-Kursen:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Montag** | **Mittwoch** | **Freitag** | **Sonntag** |
| Full Body Mobility mit **Nadine**19.30–20.30 Uhr | Boot Camp mit **Nadine**19.00–20.15 Uhr | Funktionelles Yoga mit **Camilla**10.00–11.00 Uhr | Yoga mit **Camilla**09.30–10.30 Uhr |

Wir trainieren Outdoor auf dem Sportplatz des FC Kalbach

und in den Wintermonaten geht es in die Halle oder online via ZOOM.

** **

**Du hast Interesse?**

**Komm zur kostenlosen Schnupperstunde und probier’s aus!**

**Melde dich gleich an und erlebe unsere Community selbst!**

**fitness@fc-kalbach.de fc-kalbach.de/fitness**   ****