

SCHNUPPERGUTSCHEIN

Einführung in das Reaktiv-Walken

2 Übungseinheiten



- Was:*** *Beim Reaktiv-Walken werden mit Granulat gefüllte, hantelähnliche Trainingsgeräte eingesetzt, mit denen gezielte Armbewegungen durchgeführt werden. Die Reaktiv-Hanteln stellt der Verein.*
- Wann:*** *Montags 19:30 – 21:00 Uhr*
- Wo:*** *Treffpunkt Weitsprunganlage im Willy-Stein-Stadion Erkelenz*

*Um Anmeldung wird gebeten, damit die Trainer*innen die Teilnehmerzahl einschätzen und für die Schnupperer Reaktiv-Hanteln bereitstellen können.*

Ansprechpartnerin: Katharina Leonbacher, 02433 4474 791, info@sportverein-erkelenz.de