

Senioren Sportgruppe - Jahresbericht 2021,

Fit, gesund und beweglich bleiben, dafür treffen wir uns Donnerstags ab 14 Uhr in der TGV Halle.

Zuerst etwas " Mundgymnastik" was es Neues gibt, dann zum warm werden Federball spielen, zu zweit und dann in der Runde.

Jetzt kommt noch Gymnastik im Stehen und auf der Matte.

Alles wird gestreckt und bewegt, zum Abschluß spielen wir noch Prellball oder Faustball.

Wer kann oder will noch mitmachen ??

Es würde uns sehr freuen, wenn noch "Neue" dazukämen.

Meldet Euch bei Otto Pflüger oder Werner Hohnsteiner

Am besten kommt einfach am Donnerstag Mittag in die TGV Halle