



VfB Hermsdorf e.V.

Abteilung Turnen – Gymnastik



Sommer Workshops

ab Dienstag, den 9. Juni bis Freitag, den 7. August 2020

in der Vereinssporthalle Am Ried 1 -Treffen **vor** dem Vereinsheim

Treffen mit Maske immer 15 Min vor dem Kursbeginn	Kursbeginn	Kursende	Kursinhalt und Trainer/in	Anmeldung unter:
Dienstag	9.00 Uhr	10.00 Uhr	Gymnastik / Gitta	gitta.listing@t-online.de
	10.30 Uhr	11.30 Uhr	Yogilates / Gitta	gitta.listing@t-online.de
	17.15 Uhr	18.15 Uhr	Fitness / Gitta	gitta.listing@t-online.de
	20.00 Uhr	21.00 Uhr	Wirbelsäule / Gitta	gitta.listing@t-online.de

Mittwoch	9.30 Uhr	10.30 Uhr	XXL / Katharina	katharina.boukal@vfbhermsdorf.de
	18.30 Uhr	19.30 Uhr	Fitness / Nicole	nicole.allner@outlook.de
	20.00 Uhr	21.00 Uhr	Fitness / Nicole	nicole.allner@outlook.de

Donnerstag	19.00 Uhr	20.30 Uhr	Yoga / Sabine / Jörg	astrid.reich@vfbhermsdorf.de, Tel.404 4429
------------	-----------	-----------	----------------------	--

Freitag	9.00 Uhr	10.00 Uhr	Fitness / Gitta	gitta.listing@t-online.de
---------	----------	-----------	-----------------	---------------------------

Bitte beachten:

Alle Kurse sind anmeldepflichtig, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist und kostenpflichtig mit 5 € / Einheit und Person.

Vor der Teilnahme ist eine Einverständniserklärung zu unterschreiben.

Die Teilnehmer treffen sich vor dem Vereinsheim und betreten dieses gemeinsam mit der Trainerin oder dem Trainer und mit einer Gesichtsmaske.

Umkleidekabinen und Duschen dürfen nicht benutzt werden, also bitte bereits in Sportkleidung kommen. Schuhwechsel erfolgt vor dem Betreten der Sporthalle. Die Toiletten sind geöffnet.
Eine eigene Turnmatte ist mitzubringen.

Wir freuen uns auf ein gesundes Wiedersehen!