SOMMERFEST

volkshochschule husum

Donnerstag, 5. Juli 2018

Programm

08:00 - 09:00 Uhr	Yoga am Morgen
08:30 - 09:30 Uhr	Schlingentraining für Anfänger
09:30 - 10:30 Uhr	Rücken Aktiv
10:00 - 11:00 Uhr	Sanftes Outdoor Fit
10:45 - 11:45 Uhr	Well Fit
ab 10:30 Uhr	*Brunch*
16:30 - 17:30 Uhr	Hatha Yoga
17:45 - 18:45 Uhr	Cross Zirkeltraining
19:00 - 20:00 Uhr	Power Fitness
ab 17:30 Uhr	*Grillbuffet*

Gemeinsam in die Sommerferien starten

Zusammenkommen, sporteln, schlemmen, schnacken und einfach Spaß haben. Alle Teilnehmer, Freunde, Bekannte, Kollegen, Partner und Interessierte sind herzlich eingeladen, mit ihren Familien vorbeizukommen und mitzumachen. Für 5,00 € kann an diesem Tag an allen Sportkursen teilgenommen werden. Wir freuen uns auf euch!

vhs

VHS Husum, Schobüller Str. 38 - 40, 25813 Husum
Tel.: 04841 / 83590, Internet: www.vhs-husum.de