

Kickboxen jetzt neu

Feste Übungszeiten

WETTER-VOLMARSTEIN. Aufgrund der positiven Resonanz nach dem Fitnessworkshop im Kickboxen bietet der Turnverein Volmarstein jetzt feste Übungszeiten an: Jugendliche haben ab Donnerstag, 30. Oktober, von 18 bis 19.30 Uhr die Möglichkeit, in der Sporthalle der Georg-Müller-Schule am Schmandbruch die Kickboxtechnik in Form eines Fitnessstrainings zu erlernen.

Dieses Übungsangebot unter der Leitung von Carsten Fischer soll einzig und allein der Fitness dienen, bei dem der ganze Körper beansprucht und trainiert wird, Muskeln gestärkt und aufgebaut werden, Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination, Konzentration, Gleichgewicht und Selbstbewusstsein gefördert werden.

Beim Kickboxen kann man sich richtig auspowern und dabei auch Stress abbauen. Die Teilnahme ist in der Vereinsmitgliedschaft enthalten. Ein Schnupperteilnahme ist selbstverständlich auch möglich. Interessierte Jugendliche können bekommen bei Brigitte Ufer weitere Informationen und können sich dort auch anmelden: Telefon (0 23 35) 68 14 73.