



Anmeldung per  
Mail



Mindestalter 14 Jahre

## **Jumping Fitness**

Marie und Emilia

Montags 19:00 - 20:00 Uhr

8 Wochen: 30.10.23 - 18.12.23

nächster Zeitraum folgt

## **Rückenfit**

Emilia

Montags 17:45 - 18:45 Uhr

8 Wochen: 30.10.23 - 18.12.23

nächster Zeitraum folgt

## **Power Workout**

Emilia

Montags 17:45 - 18:45 Uhr

4 Wochen: 08.01.24 - 29.01.24

nächster Zeitraum folgt

**Kosten 8er Karte (Rückenfit & Jumping Fitness): 35€**

**Kosten 4er Karte (Power Workout): 20€**

**Wo:** Protestantisches Gemeindehaus Hoof

Begrenzte Teilnehmerzahl, Anmeldung unter  
**[kursehoof@gmail.com](mailto:kursehoof@gmail.com)**