



VfB Hermsdorf e.V.

Abteilung Turnen und Gymnastik



Ein Spezialangebot mit Zusatzbeitrag für alle,
die Spaß an der Bewegung haben.

Wir verbinden ein kraftvolles Pilates-Training für
eine starke Mitte mit Yoga-Haltungen (Asanas)
zum Dehnen und Entspannen.

Mittwochs von 20:00 bis 21:00 Uhr
mit Andrea in der Waldseeschule
Turnhalle Eingang Silvesterweg

Anmeldung: andrea.guske@vfbhermsdorf.de