

Aktionstag



Fit in den Frühling „Jetzt wird es bunt“

am

Samstag, 16.03.2024
zwischen 10:00 und 14:00 Uhr

Die Teilnahme ist kostenlos!

Anmeldungen sind bis zum
14. März 2024 möglich!

Anmeldungen und weitere Informationen
erhalten Sie in der DJK-Geschäftsstelle
(Mo. & Mi. 08:00-12:00 Uhr und 15:00-18:00 Uhr
oder info@djk-stadtlohn.de / 02563/6054)

Der Aktionstag wird mit Obst und Gemüse unterstützt durch:

bioLesker
natürlich von uns



Fit in den Frühling „Jetzt wird es Bunt“

Unsere Angebote am Aktionstag:

Indoor Cycling

10:00 – 10:45 Uhr mit Heike

11:00 – 11:45 Uhr mit Astrid

12:00 – 12:45 Uhr mit Atti

Kurse

10:00 – 10:45 Uhr

Workout mit dem Miniband mit Karina

11:00 – 11:45 Uhr

Cross-Fit mit Gaby

12:00 – 12:45 Uhr

stretching mit Britta

13:00 – 13:45 Uhr

Entspannung mit Petra

Gesundheitsstudio

10:00 – 14:00 Uhr

-ohne Anmeldung-



mehr
als Sport!

Alle Angebote finden im DJK Sporttreff an der Kreuzwegstraße statt!