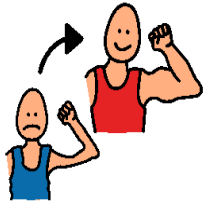


Kurs 25

Kraft-Training



Wir bewegen uns zur Musik.
Wir trainieren unsere Muskeln.
Wir machen gemeinsame Ballspiele.
Das Training endet mit Entspannungsübungen.

Hinweis

Nicht geeignet für Menschen, die im Rollstuhl sitzen.

Wer

Für alle, die sich gerne bewegen.

Wann

Donnerstag 19.00 - 21.00 Uhr
Oktober 07./ 14./ 21./ 28.
November 04./ 11./ 18./ 25.

Wo

Arkadis Raum im Aarepark, Unterführungsstrasse 25, 4600 Olten

Leitung

Severin Hürzeler

Kurskosten

Fr. 80.-

Anmelden

bis 14. September 2021