

# KRAFIT

## – Die neue Fitnessgruppe für Männer –

Seit Montag , dem 31. 01. 2000 , existiert eine neue Gruppe innerhalb der Turnabteilung. Aufgrund mehrerer Nachfragen wurde eine Fitnessgruppe für Männer zwischen 18 und 40 Jahren gebildet.

Ziel des Trainings ist, dass die Teilnehmer

- ihren Fitnesszustand testen
- ihre Fitness verbessern
- gesund bleiben
- sich auspowern, austoben, abreagieren
- mal richtig schwitzen
- Stress abbauen

Zur Zeit besteht die Gruppe aus ca. 10 Personen.

Wir freuen uns darüber, dass das Angebot bisher so gut angenommen wurde und möchten an dieser Stelle weitere Interessenten dazu einladen mal vorbeizuschauen. Das Training findet montags von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Stangenberghalle statt.

Steffen und Andreas

Das sind wir ;)