

# MACH DEINEN BODY FIT



**MO 18:45-20:00**

Turnhalle  
Elly-Heuss-Knapp-Schule  
Karl-Barth-Straße 90,  
53129 Bonn

**DI 19:00-20:15**

Turnhalle Montessorischule  
Quirinstr. 16,  
53129 Bonn

**DO 19:30-20:45**

Turnhalle Montessorischule  
Quirinstr. 16,  
53129 Bonn

Unser abwechslungsreiches Ganzkörperworkout mit verschiedenen Beweglichkeits-, Kraft- und Ausdauerelementen u.a. auch mit verschiedenen Trainingsgeräten (z.B. Hanteln) hält Dich gesund und steigert Deine Leistung. Unsere Kurse sind für alle Trainings- und Altersstufen. Nimm die Herausforderung an!



Mehr Information unter [www.ssz-bonn.de](http://www.ssz-bonn.de)