



VfB Passau-Grubweg e.V.



# *Body Fit*

**Ab dem 25.09.2017**

**(19 bis 20 Uhr; Grundschule Grubweg)**

**starten wir montags wieder unser Fitness-  
Programm für den ganzen Körper.**

**Leichte bis mittelschwere Aerobic- und Step-  
Elemente werden mit Muskel-, Kraft- und  
Ausdauertraining kombiniert.**

**Die Stunde ist für jede Altersgruppe und für  
jeden Trainingszustand geeignet.**

**Ich freue mich auf Euer Kommen!**

**Probst Marina**

**(0160/96003680)**

