**www.svkrumbach.info**



**Trockentraining/Schigymnastik**

Wir machen uns fit für den Winter mit unserem Trainer Benjamin.

Trainingsschwerpunkte sind Kondition, Koordination und Ausdauer.

Beginn: Mittwoch 21. Okt. 2015 im Gemeindesaal

Zeit: Erstes Training für alle um 18.00 Uhr ( Einteilung in Gruppen), danach

um 18.00 Uhr Kinder / um 18.30 für Schüler, Jugendliche und

Erwachsene

Kosten: für 8 Einheiten Kinder 5.--€/ Schüler, Jugendliche u.

Erwachsene 10.-- €

Für Nichtmitglieder 10.-- €/20.--€

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe ohne schwarze Sohle, evt.

Handtuch

**JHV-Schiverein** Krumbach am Samstag den **14. Nov. 2015 um 20.00 Uhr** im Gasthaus Brauerei