

Bitte beachten Sie auch
<http://www.bsg-siemens-rbg.de/index.php/sportarten/ski-wandern>



BSG Ski und Wandern

e- Mail

Regensburg, den 27.09.2023

Einladung

Wintertraining 2023/2024 für jedermann

- Wann: **Montags von 19:00 Uhr bis 20:20 Uhr**
vom 09.10.23 bis 25.03.24
außer in den Schulferien und am 08.01.2024
- Wo: **Pestalozzi Hauptschule Regensburg**
Eingang: Tor Puchnerstraße.
- Wer: Alle Mitglieder und Gäste
- Was gibt's: *1 Stunde: Ausdauer-Kraft-Koordination*
plus 20 Minuten: Mix aus Yoga, Pilates und Stretching
- Mitbringen: *Sportbekleidung, Isomatte*
- Kosten: Mitglieder: 14,00 € einmalig
Nichtmitglieder: 28,00 € einmalig
- Anmeldung: Ab sofort bei Stefan Brandl
Per E-Mail: stefan.brandl@bsg-siemens-rbg.de
Bei der Anmeldung ist der Beitrag zu überweisen.
Bankverbindung: Siehe unten
Verwendungszweck: „Training 23/24“

Vorsichtsmaßnahmen: *Es gelten allgemeine Vorsichtsregeln. In der Halle werden wir lüften und Abstand halten.*

Bei Verdacht auf Erkrankung bitte selbstverantwortlich zu Hause bleiben.

Die Teilnahme am Training erfolgt auf eigene Gefahr!

Winfried Schwedler

BSG Ski und Wandern – Sportwart; 0160 90753119