

WINTERSCHLAF!?! 🤤

... war gestern 😬

Wir helfen Euch 😊

... AUF DIE SPRÜNGE 😎

Alle Mitglieder des Post Sportverein Uelzen e.V.

und deren Freunde laden wir herzlich ein:

Kommt vorbei im Fitness-Raum des Post SV

am 24. März 2018 von 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Folgendes kann angesehen und auch ausprobiert werden:

- 🏠 Trainingsgeräte
- 🏠 Sling-Training
- 🏠 Freihantel-Training
- 🏠 Training mit Medizinbällen
- 🏠 Zirkel-Training an Fitnessgeräten
- 🏠 Leistungsdiagnostik am Watt-Bike
- 🏠 Training und Spiele an der Rudermaschine
- 🏠 Zusätzlich geben wir gerne Tipps für individuelles und sportartenspezifisches Training ...
- 🏠 ... und erstellen auf Wunsch auch individuelle Trainingspläne für das Training im Fitnessraum

Unter allen Besuchern verlosen wir 10 Gutscheine für jeweils einen Monat Training im Fitness-Raum des Post-SV Uelzen - inklusive Trainingsplan

Die Sportfreunde werden gebeten, Sportzeug mit Hallenschuhen, ein Handtuch und eine Trinkflasche mitzubringen. Umkleide- und Duschkmöglichkeiten sind vorhanden.

Bei Rückfragen gerne E-Mail an: fitness-psv@gmx.de