

02.11.2018

PRESSEMITTEILUNG

Mit Fit4Ski geht Gym and Dance neue, alte Wege

Wer erinnert sich noch an die klassische Skigymanstik? Früher gab es diese wöchentlich im Fernsehen und vereinzelt auch in den Vereinen.

Diese alte, neue Idee möchte Gym and Dance wieder aufgreifen. Ab dem 12. November 2018 gibt es das Angebot „Fit4Ski“ für Jung und Alt montags um 18 Uhr in der Lindachhalle. Als Trainerin stellt sich die erfahrene Skifahrerin Valerie Meeh zur Verfügung.

Die Grundvoraussetzung für eine unfallfreie Skisaison bleibt die körperliche Fitness. Es ist wichtig bestimmte Muskelgruppen zu stärken, die für das Skifahren benötigt werden. Damit wirklich jeder Skifahrer fit auf die Piste geht, kann jedes Mitglied unsere Skigymanstik besuchen. Natürlich sind auch Snowboarder willkommen.

Das Angebot steht nur im Winterhalbjahr an, denn es gipfelt in der 1. Ski Tagesausfahrt von Gym and Dance. Diese haben wir auf Samstag, den 02.02.2019 terminiert und wir fahren im Bus nach Balderschwang.

Genaueres findet sich auf der Homepage oder kann unter info@gymanddance.de angefragt werden.

Wir freuen uns über das frische Angebot und auf die erste Skiausfahrt unseres Vereins im nächsten Jahr, die auch vom Intersport Sämann unterstützt wird!



GYM AND DANCE E.V.
MÜHLACKER

Geschäftsstelle:
Postfach 1119
75401 Mühlacker
Tel.: 07041-8099948
info@gymanddance.de

Bankverbindung:
Sparkasse Pforzheim Calw

IBAN:
DE90 6665 0085 0007 8984 52

BIC:
PZHSDE66XXX

