

Wir trainieren für unsere

persönliche Fitness...



Wir machen etwas für unsere Fitness in dem wir Kraft und Ausdauer trainieren und natürlich darf das spielen nicht fehlen.
Nachdem Turnen geht es immer noch zum Durstlöschchen und zum Austausch...

Turnerinnen

Fitness & Spiel




ATUS
Sportverein Gümligen

Wir machen etwas für unsere Ausdauer und Muskeln.

Unsere Trainings sind abwechslungsreich; Step Aerobic, Aerobic, Ausdauer und Kraft Training, Spiel.

Willst Du etwas für deine Fitness tun ?

Dann melde Dich bei uns!

Gerne darfst Du ein Probetraining bei uns absolvieren.

Wir würden uns über Dich als neues Turnmitglied freuen.



Unsere ausgebildete Leiterin

Barbara Muhmenthaler

Kontakt

Barbara Muhmenthaler

079 794 31 21

turnerinnen@satus-guemligen.ch

www.satus-guemligen.ch



Trainingszeiten

Jeden Mittwoch

19:30 Uhr – 21.00 Uhr

Turnhalle Moos Gümligen