

Vollmond – Fitness - SUP & Lauf - Event

Der Bewegungsraum-WUG & das SUP Center Brombachsee in Langlau, laden am 15.08.2019 ab 18 Uhr zum mega-coolen Outdoor-Event am kleinen Brombachsee ein!

Von 18:30 – ca. 19:45 findet ein abwechslungsreiches, funktionelles Zirkeltraining mit Land- und Wasserstationen statt.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit eines ca. 8 KM Sommernachtslaufes um den kleinen See, oder einer ca. 1 – stündigen Paddeleinheit auf dem See.

Kosten: Funktionelles Zirkeltraining → 10 ,- pro Person
Vollmondpaddeln → 15,- Euro
Vollmondlauf → kostenlos

Für alle AOK-Mitglieder ist die Teilnahme kostenlos!!

Wo: Sup-Center Brombachsee, am kleinen Brombachsee/Langlau

Anmeldung + weitere Infos: Tina Moritz → Tel. 0151-65111514
Email: tina.moritz@bewegungsraum-wug.de

Kursleitung: Tina Moritz, Sport- Gymnastiklehrerin und Sporttherapeutin, Präventions- sowie Rehasportkursleiterin

