

# ***Fitness & Skigymnastik***



Vom **29.1. bis 26.2.2023** wollen wir uns einmal in der Woche, immer **sonntags ab 16.00 Uhr im Fitness Park Aumund, Am Becketal 20** treffen, um unsere Fitness zu verbessern. Der Workshop wird von Christopher angeleitet, der seit langem in unserer Kinder- & Jugendarbeit aktiv ist und viel Erfahrung als Fitnesstrainer mitbringt. Der **Kostenbeitrag ist 25,-** (wird im Fitnesspark entrichtet und kommt letztlich unserer Kinder- & Jugendarbeit zu Gute)

Der Workshop ist für **Jugendliche & Erwachsene** gedacht, die sich noch auf den Weg in die Berge machen wollen - vielleicht auf einer unserer Skifreizeiten - oder einfach fit in den Frühling kommen wollen. Wir werden **Kraft, Ausdauer & Beweglichkeit** trainieren und ganz bestimmt viel Spaß haben!!

## Anmeldung

(Gemeindebüro oder per Mail an [uwe.reimer@kirche-bremen.de](mailto:uwe.reimer@kirche-bremen.de))

- Bitte nutzt die standardisierte „Anmeldung für Freizeiten und Projekte“, die im Gemeindebüro, bei den verantwortlichen MitarbeiterInnen und bei den Gemeindefesten erhältlich sind.
- Anmeldungen per Mail bitte unbedingt unter Angabe von - Name, Adresse, PLZ/Ort, Mailadresse, Mobilnummer und Geburtsdatum - aller angemeldeten Personen.
- Bitte für jede Familie/Fraktion, die ihre Teilnehmerbeiträge gemeinsam zahlen, eine eigene Anmeldung!!