



## **TSV DUWO 08**

Fitness 50+



**Fit ab 50!**  
mehr Sport  
für mehr  
Gesundheit!

### **Ein abwechslungsreiches Programm für:**

- Fitness
- Kondition
- Kräftigung (Rücken, Bauch & Beine)
- Dehnung und Entspannung
- Nordic Walking nach Vereinbarung

**Ort: Sporthalle Gymnasium Ohlstedt, Sthamerstraße**  
**Zeit: Mittwoch 20:30 – 21:30 Uhr**

**Information, Anmeldung und Training:**  
**Antje Surenbrock, Tel.: 604 82 22**

**Eine gemischte Gruppe jenseits der 50  
freut sich auf Sie!**