

Aktuelle Informationen vom Zöbinger Sportklub 05

ZSK 05 AKTUELL

Ausgabe Nr. 25

RIESENWUZZLER-TURNIER

Sonntag, 9. September, Festhalle Zöbing

- Beginn:** 10:00 Uhr (max. 12 Mannschaften)
Mannschaft: 5 Spieler (1 Tormann, 4 Feldspieler)
Startgeld: € 10,- (beinhaltet 5 Getränkegutscheine)
Anmeldung: Michael Pasching, 0664 84 13 157
spider@zsk05.com, www.zsk05.com
Mittagstisch: Spanferkel, Würstel, Gulaschsuppe

RICHTIG FIT für SIE & IHN

**Jeden Dienstag ab 11. September
bis Dezember (12 Einheiten)**



Das Training umfasst Koordinationsübungen, Beweglichkeitsübungen, Kraft- und Kraftausdauerübungen sowie Entspannungsübungen. Weiters werden wieder Step-Aerobic-Übungen unter der Leitung von Iris Trinnes (ca. 6 EH, Dauer 30 Minuten, begrenzte Teilnehmerzahl) angeboten.

- Uhrzeit:** 19.30 – 20.30 Uhr (Turnen)
20.30 – 21.00 Uhr (Step-Aerobic)
Ort: Festhalle, Mühlweg, Zöbing
Kosten: Turnen (12 EH): Mitglieder: € 20,- Nicht-Mitglieder: € 35,-
Step-Aerobic (ca. 6 EH): Mitglieder: € 5,- Nicht-Mitglieder: € 10,-

Übungsleiterinnen: Iris Trinnes und Doris Klein

Anmeldung: bis 7. September bei Iris Trinnes (0676/4452456) oder
Doris Klein (0664/2780321)

**Informationen über aktuelle Aktivitäten finden Sie auf der
Anschlagtafel bei der Kirche bzw. im Internet unter www.zsk05.com**