

Sportvereinigung Siemens e.V.

Mülheim an der Ruhr



Fitnessabteilung

Fitnessabteilung

Mellinghofer Str. 55
45473 Mülheim a. d. Ruhr
Natascha Bethke

Tel.: 3183

Neues Aerobic-Training vom SV Siemens

Der Sommer steht vor der Tür und der Winterspeck muss weg.
Jeden Donnerstag von 16:00 bis 16:45 findet ein BOP-Kurs
(**B**auch,**O**berschenkel, **P**o)

und von 17:00 bis 17:45 Uhr findet ein Fatburner Step -Kurs statt.
Das Training findet in der Turnhalle am Schildberg (Mlh-Dümpten)
statt.

Kommen Sie uns doch einfach mal besuchen und machen Sie mit.

Mit sportlichen Grüßen

Natascha Bethke