

# Sport - Cocktail

Ausdauer

Kondition

Wohlfühlen

Fit bleiben



Man nehme Männer und Frauen  
und mische sie mit Laufen, Gymnastik

Damit keine Langeweile aufkommt,

Das Ganze bitte würzen mit

- Durchschnittsalter etwa 40 Jahre –  
und Basketball kräftig durch.

wechsele man mit Circle-Training,

Krafttraining und Badminton und vieles  
mehr locker durch.

Spaß, guter Laune und evtl. Musik

Und was kommt heraus, die  
„Jedermann-Gruppe“  
des VSC Abteilg Leichtathletik

Treffpunkt: Stauferturnhalle 3 – Donauwörth –  
Neudegger Siedlung  
mittwochs von 20:00 – 21:30 Uhr

**Wir freuen uns über dein Kommen**

---

**Ansprechpartner :**  
**Monika Laub – 86687 Kaishoim – Haidwang 42**  
**Telefon : 09099 1673**  
**Mail : HMLaub@gmx.de**

**Da wie warsen**