



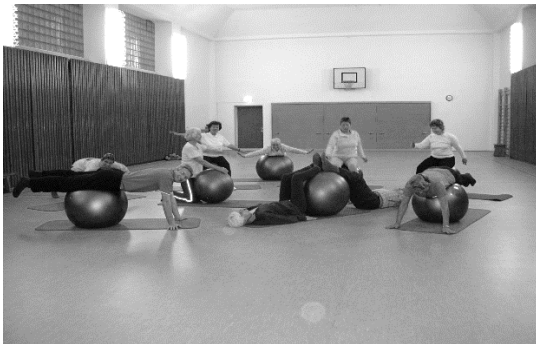
Turnerschaft von 1910
Osdorf e.V



100 Jahre

Neustart mit der Senioren-Gymnastik

Es hat lange gedauert, aber nun kann es wieder losgehen mit der **Montagsgymnastik**. Nach den Frühjahrsferien, also **am 21. März 2021**, wollen wir starten.



Geplant sind zwei Stunden. In der ersten Stunde **von 10 bis 11 Uhr** wird langsam begonnen. Die Stunde ist geeignet für Einsteiger. In der zweiten Stunde **von 11 bis 12 Uhr** geht es dann schon etwas mehr zur Sache. In beiden Stunden sind männliche wie

weibliche Teilnehmer willkommen. Die Kurse finden in der Halle Lupine statt, direkt neben dem ASB Lupine in der Siedlung Osdorf-Mitte.

Unsere neue Übungsleiterin heißt Marina Rykus. Sie ist eine ausgebildete Sportlehrerin und Übungsleiterin mit einer Lizenz für Sport in der Rehabilitation. Ihre Schwerpunkte liegen in der Seniorengymnastik und Prävention.

Wer Interesse hat, kann uns gerne anrufen oder eine E-Mail schicken. Auf unserer Homepage www.turnerschaft-osdorf.de finden Sie weitere Informationen zu unseren Mitgliedsbeiträgen und anderen Angeboten.

Gudrun Arnold: 040 83 77 38

Maren Gebauer: 040 8004207

oder: info@turnerschaft-osdorf.de