

Ferienprogramm im Schneckenhaus

VEREINSLEBEN Specials an Wochenenden

LÜDENSCHIED ■ Die Turbo-Schnecken Lüdenschied tragen auch denjenigen Rechnung, die in den Sommerferien das Fernweh nicht außerhalb des Sauerlandes lockt. Unter dem Motto „Sommer, Sonne, Schneckenhaus – sieben Wochen sportlicher Ferien-Spaß“ bietet Lüdenschieds größter Sportverein in seinem Sport- und Vereinszentrum ein abwechslungsreiches Kursprogramm an.

In jeder Ferienwoche finden unterschiedliche Angebote auf dem Schnecken-Programm: ob HIT, Qigong, Rückenmobility, Functional-Fitness, Seniorengymnastik, Faszi- oder Power-Fitness.

An verschiedenen Wochenenden werden einmalig „Specials“ angeboten, Yoga und

Achtsamkeit, Workshop Meditation, Indoor/Outdoor-Cycling, Kräuterspaziergang, Qi-Gong Wandern, Latin Dance Workout und Xtend Barre sind Angebote für die heimischen Sportler.

Im vereinseigenen Fitnessstudio können Interessenten zudem zu einem Sonderpreis sechs Wochen lang so oft trainieren, wie sie möchten.

Der Flyer mit dem umfangreichen Kursprogramm für die Sommerferien ist ab sofort erhältlich im Schneckenhaus an der Bräuckenstraße 95 oder aber zum Downloaden per Homepage www.turbo-schnecken.com

Weitere Informationen telefonisch unter 0 23 51/9 74 44 80 oder aber per E-Mail unter: buero@turbo-schnecken.com



Beate Rump und Alisa Knobel (hinten) stellen das Ferienprogramm der Turbo-Schnecken vor. ■ Foto: Turbo-Schnecken