

www.mvd-mannheim.de

Für alle, die sich den Spaß am Sport zurückholen wollen:

Die neuen mvd FitnessKurse

Anmeldung und Details
unter www.mvd-mannheim.de

weekend starter

Drums Alive®

freitags 18.00 Uhr, **5 Termine ab 10. März**
Sporthalle Elisabeth-Gymnasium, insg. 12 EUR
Sorry: Voranmeldung erforderlich!

Drums Alive® ist eine mitrei-
ßende Kombination aus Trom-
meln, Schritten und Bewegung.
Es steigert die physische und
mentale Fitness und macht
unheimlich Laune. Du kannst
richtig Dampf ablassen!

regulärer fitness kurs

AROHA®

jeden Donnerstag 20.00 Uhr,
Sporthalle Johann-Peter-Hebel-Grundschule,
Außenstelle Neuostheim

AROHA® ist inspiriert vom
Haka der neuseeländischen
Maori. Leicht nachvollziehbar
stärkt es das Herz-Kreislauf-
System und kann auch als
Fatburner gemacht werden.
Achtung! AROHA® macht
richtig Spaß.

mvd sportverein
Vereint zu sportlicher Vielfalt.