



Herzliche Einladung zum

Miteinander Indoor Cycling – light - erleben

Die SG Niederwangen bietet ab dem Montag 15. November 2021 in der Zeit von 16.30 – 17.15 Uhr Indoor Cycling für Jugendliche ab 14 bis Rentner, Anfänger, Personen mit und ohne Handicap, Neugierige, Fitnesshungrige usw.an. In dem niederschweligen Sportangebot können gerade jene Personen, die wieder für Ihre Fitness was tun wollten, Spaß in der bunt gemischten Sportgruppe an dem Sporttrend „Spinning“ finden. Bei cooler Musik kann dann jeder nach seinem persönlichen Leistungsvermögen gesunden Ausdauersport ausprobieren. Erstmals ist Schnupper angesagt. Für die Nutzung der Räder werden 3.-€/pro Trainingseinheit erhoben. Außerdem wird von den Teilnehmern die 3 G Regel verlangt und durch den Trainer zu Beginn kontrolliert.

Insgesamt stehen 14 tolle ICG Bikes in der neuen Gymnastikhalle der SGN zur Verfügung.

Anmeldung an fsj@sg-niederwangen.de oder Tel. 01622361736