

WOLFENBÜTTELER ZEITUNG

29.07.2015 - 07:00 Uhr

Treffpunkt Fitness in den Sommerferien

Für Sportbegeisterte gibt es am Dienstag, 18. August, die nächste Möglichkeit, im Generationenpark beim Treffpunkt Fitness unter Anleitung zu trainieren. Michael Fehst, Trainer und Sportkoordinator der Freiwilligenagentur Jugend-Soziales-Sport, bietet eine Übungsstunde an den Fitnessgeräten unter freiem Himmel an.

Auf Wunsch zahlreicher Bürger findet das Angebot vormittags statt, so die Organisatoren. Treffpunkt ist um 9.30 Uhr am Eingang zum Generationenpark an der Wallstraße.

Die Teilnahme ist kostenlos und bietet für Anfänger aller Altersstufen eine Gelegenheit, die Geräte kennenzulernen. Auch Fortgeschrittene kommen nicht zu kurz: Es werden Übungsvarianten an den Geräten gezeigt, und die Teilnehmer haben die Möglichkeit, persönliche Haltungskorrekturen sowie Tipps für das eigenständige Training zu bekommen.

Eine Anmeldung für den Treffpunkt Fitness ist nicht erforderlich. Weitere Informationen unter sabine.gerlach@wolfenbuettel.de oder (0 53 31) 8 64 92 oder www.wolfenbuettel.de/kultur-freizeit/sport.

<http://www.wolfenbuetteler-zeitung.de/lokales/wolfenbuettel/treffpunkt-fitness-in-den-sommerferien-id1963450.html>