



Fit und bereit für die Piste!

Startet perfekt vorbereitet in den Winter!

Kraft & Ausdauer trainieren - Verletzungen vorbeugen

Gleichgewicht & Koordination verbessern

Mein Kursangebot:

montags, 18:00 bis 19:00 Uhr

26. Oktober bis 14. Dezember 2026

Ort: Dr.-Willem-Pies-Straße 8 in Uedem

Kursgebühr: 98,-- €

Anmeldung bis 10.10.26

Kursleitung: Mechtild Sanders-Druyen

Fitnesstrainerin

Ich beantworte gerne
Fragen auch per
WhatsApp!

Ich freue mich auf euch!



Kontakt & Anmeldung

0 28 25 - 15 91 oder
0 157 - 36 40 98 77



info@mechtild-sanders.de



www.mechtild-sanders.de

