

Leichtathletik-Club Insheim e.V.

TRAININGSANGEBOTE FÜR ERWACHSENE

FUNKTIONSGYMNASTIK - AEROBIC

Montag & Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr

Turnhalle Grundschule Insheim

Kontakt: Birgit Trapp



X-FIT ISEM

Erwachsene ab 16 Jahre

Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr

Dorfgemeinschaftshaus Insheim

Kontakt: Nadine Schröer - 0176/83236218

LAUF- & WALKINGTREFF

Mittwoch, 17:00 Uhr

Strecke: ca. 7 Kilometer

Samstag, 15:00 Uhr

Strecke: ca. 5 Kilometer

Zeppelinplatz Insheim

Kontakt: Helmut Weis - 0151/23470345



RÜCKENTRAINING

Montag & Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr

Turnhalle Grundschule Insheim

Kontakt: Birgit Trapp