



Wir setzen uns für ein aktives Quartier ein, machen auch Sie mit!

„Fit in Masans“ – Fitten für alle mit Anja Kindschi!



„Fit in Masans“ ist ein Fitnessstraining für alle im Quartier. **Anja Kindschi ist Fitnessinstruktorin aus Leidenschaft** und führt ein eigenes Fitness-Studio, den Fitness Saloon an der Pulvermühlestrasse in Chur. Sie wird ein für alle Leistungs- und Altersklassen angepasstes einstündiges Fitnessprogramm zusammenstellen. Das Training ist auf Kraft, Ausdauer und Koordination ausgerichtet und soll uns fit durch den Winter bringen. Nebst **Motivatorin Anja** wird das Programm durch **fetziges Musik** begleitet.

Wann?

- * jeden Dienstag ab 15. November 2011
- * Beginn 20.00 Uhr
- * Dauer Fitnessstraining 1 Stunde
- * Möglichkeit nach dem Training noch 30 Minuten zu spielen (Unihockey oder Ballspiel)

Wo?

- * Turnhalle Schulheim Chur

Der Eingang zur Turnhalle befindet sich auf der Rückseite des Gebäudes!



Preise

- * Einzeleintritt für Mitglieder des QV Masans CHF 5.00
- * Einzeleintritt für Nichtmitglieder CHF 8.00

Betrag bitte genau mitbringen!

Der Quartierverein Masans hofft, dass dieses Angebot auf reges Interesse stösst. Wie lange es „Fit in Masans“ gibt hängt ganz von Ihnen ab.

Starten Sie mit uns am 15. November in einen fitten Winter!

Jetzt Mitgliedschaft anmelden unter www.quartierverein-masans.ch