



IGL

InteressenGemeinschaft Laufen
Reutlingen 1983 e.V.

Corona stoppt dich nicht! Mehr Power mit IGL Gym.

Die Funktionsgymnastik mit Irene und Joachim startet am 6.10.2020.

Ohne Krafttraining fehlt etwas in deinem Trainingsplan. Nur starke Muskeln, vor allem auch in der Körpermitte sorgen für tolles Laufgefühl.

Darum geht es in die Sporthalle der Oberlinschule/Reutlingen, Dienstags nach dem Lauftreff, 20.00 Uhr – 21.00 Uhr. Wir führen die Gymnastik Corona-Konform durch, mit genügend Abstand und Mundschutz dort wo es notwendig ist.

Wichtig: Ihr müsst eure eigene Matte mitbringen!

Meldet euch baldmöglichst an, die Kapazität der Sporthalle ist schnell erreicht.

Kosten: Mitglieder 30,-- €, Nichtmitglieder 40,-- € von Oktober bis März.

	Termin	Übungsleiter	Zusatzinformation
1.	06.10.20	Joachim	
2.	13.10.20	Irene	
3.	20.10.20	Joachim	
-	27.10.20	Herbstferien, Halle ist geschlossen	
4.	03.11.20	Irene	
5.	10.11.20	Joachim	
6.	17.11.20	Irene	
7.	24.11.20	Joachim	
8.	01.12.20	Irene	
9.	08.12.20	Joachim	
10.	15.12.20	Irene	

Und dann geht es Anfang Januar weiter. Wir informieren euch rechtzeitig.

Infos und verbindliche Anmeldung:

Joachim Sabieraj, Tel. 0173-6655206 und leinsbach.apotheke@t-online.de

