

# Fitness Boxen / moderne Selbstverteidigung

## Zusatzangebot für unsere Mitglieder

**Wann** Montag 19.10.2020 19.30 Uhr  
Mittwoch 21.10.2020 19.45 Uhr  
Donnerstag 22,10,2020 19.30 Uhr

**Wo** Gymnastikhalle am Buscherhof

**Was** Grundlagen – Schlag- und Tritttechniken

**Wer** Für unsere erwachsenen Mitglieder und die, die es werden möchten.

**Euer David**

