

in Zusammenarbeit mit der PHGR

Konditionstraining & Volleyball

Wann	Montag, 18.00 – 19.30 Uhr 22. Februar – 15. Juni 2010
Ort, Treffpunkt	Turnhalle der PHGR (Pädagogische Hochschule) (siehe Plan)
Beschreibung	30 Min. Konditionstraining (Stationentraining, Rope Skipping etc.) 60 Min. Spiel (Volleyball)
Leitung	Simon Coray Tel 076 367 61 33
Ausrüstung	Sportbekleidung, Hallenschuhe
Kosten	keine
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Besonderes	Versicherung ist Sache der Teilnehmenden