

1 Nisan 2026'dan itibaren kadınlar için fitness!

Kadınlar için fitness programında güç, dayanıklılık ve esneklik çalışıyoruz.
Bu program sadece kadınlara yönelik olup vücudu sağlıklı ve güçlü hale getirmeye yardımcı oluyor.

Antrenman, eğitimli bir fitness eğitmeni tarafından yönetilir ve kapalı bir salonda yapılır.
Salonda, rahatça giyinebileceğiniz bir kabin bulunmaktadır.

Antrenman saati:

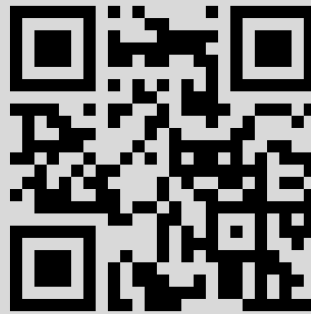
- 1 Nisan'dan itibaren her çarşamba: **14:30 - 16:00** saatleri arasında stadyum salonunda (Tatil günlerinde antrenman yapılmaz)

Buluşma yeri:

- Turm 2, Beuthenerstraße (her zaman Beuthenerstraße'den birlikte yola çıkıyoruz)

Lütfen spor kıyafetleri giyip havlu getirin. Spor kıyafetiniz yoksa, örneğin spor ayakkabıları temin edebiliriz.

Şimdi kaydolun:



İletişim bilgileri:

Stadt Nürnberg – SportService
Projekt AmiF Sport integrativ - Nürnberg
Marientorgraben 9
90402 Nürnberg

phone: 0911 / 231-14072
sportintegrativ@stadt.nuernberg.de

