

FRAUEN FITNESS

Beim Frauenfitness steht ein ganzheitliches Training im Mittelpunkt.
Durch eine abwechslungsreiche Kombination aus Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitsübungen stärken wir den gesamten Körper.

Das Training ist speziell auf Frauen ausgerichtet und unterstützt dabei, Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden nachhaltig zu fördern.



TAG

Montag



UHRZEIT

10:00 - 11:00 Uhr



ADRESSE

Fuggerstraße 9,
90439 Nürnberg



ÜBUNGSRAUM

Spiegelsaal

MACH MIT

Teilnahme kostenlos!

Komm vorbei, probiere es aus
und finde deine Sportart!
Wir freuen uns auf dich!



Stadt Nürnberg - SportService
AMIF „Sport integrativ - Nürnberg“
Marienortgraben 9 · 90402 Nürnberg



sportintegrativ@stadt.nuernberg.de



www.nuernberg.de/internet/sportintegrativ/



0911 231 140 72