

لياقة بدنية للنساء ابتداءً من ١ أبريل

في اللياقة البدنية النسائية ندرّب القوة والتحمل والمرونة
التدريب مخصص للنساء حصرياً ويساعد على قوة و صحة الجسم

يتم إجراء التدريب بقيادة مدربة لياقة بدنية مؤهلة و ندرّب في صالة مغلقة
توجد غرفة لتغيير الملابس حيث يمكن

أوقات التدريب

الأربعاء من الساعة ٢.٣٠ إلى ٤ مساءً في قاعة الاستاد
(لا يوجد تدريب خلال العطلات الرسمية للمدرسة)

نقطة الالتقاء

Beuthenerstraße، البرج ٢

يرجى ارتداء ملابس رياضية وإحضار منشقة. إذا لم تكن لديك ملابس رياضية، يمكننا تزويدك بأحذية رياضية على
سبيل المثال

يرجى التسجيل هنا



بيانات الاتصال

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

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