

**TV Wangen-Brüttisellen**

## **Fitness-Stunde für Frau und Mann**

**Der Turnverein Wangen-Brüttisellen (TVWB) erweitert seine Low-Fitness Stunde am Donnerstagabend.**

Ab sofort sind auch sportbegeisterte Männer gerne in der Turnhalle gesehen. Diese Stunde ist für jedermann, der sich gerne bewegen möchte oder vielleicht eine sportliche Pause eingelegt hat. Langeweile oder Wiederholungen werden durch die Leiter vermieden, welche alternierend die Lektionen geben. Die Muskulatur wird aufgebaut, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit werden gefördert, sodass jeder zum Schwitzen kommt.

Wer sich angesprochen fühlt, darf einfach in die Turnstunde kommen und eine Probelektion besuchen. Das Training findet in der Turnhalle vom Schulhaus Bruggwiesen in Brüttisellen von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr statt.

*TV Wangen-Brüttisellen  
Ute Meckes*

Informationen: [www.tvwb.ch](http://www.tvwb.ch)



*Sportlich in den Donnerstagabend: TV Wangen-Brüttisellen. (Foto zvg)*