



Wer rastet der rostet! Mit Gruppen-Elan in die dunkle Jahreszeit

Die Tage werden wieder kürzer, das wollen wir nutzen und Euch **vom Sofa holen!**

Einmal im Monat **powern** wir uns unter Anleitung von Sabrina (www.mein-fitness-stream.de) **online aus!**

Die Vorteile liegen klar auf der Hand, wir arbeiten an der optimalen Weihnachtsfigur und sparen Gas, da uns vom Training bereits heiß wird.

Und mal ehrlich, in der **Gruppe** ist die **Motivation** einfach **am größten!**

Wer ist dabei, wenn es um **20 Uhr**, am:

13.09., 11.10., 08.11. und 13.12.

mit **Faszientraining, Intervalleinheiten** oder dem **klassischen Workout** rund geht?

Wir freuen uns auf Euch!
Euer Orga-Team

Alena * Julia * Stefanie * Sybille

Kostenbeitrag:
€ 16,00 Mitglieder
€ 20,00 Gäste

Wir bitten um
Anmeldung bis zum
09.09.2022 unter
junge@hamburger-landfrauen.de



WICHTIGER HINWEIS:

Mit der Anmeldung wird der elektronischen Verarbeitung der personenbezogenen Daten zugestimmt. Die Daten werden zum Zwecke der Veranstaltungsorganisation auf Grund der seit 25.05.2018 geltenden Datenschutzgrundverordnung verarbeitet und vertraulich behandelt. Die Jungen LandFrauen verpflichten sich, die Daten ausschließlich für vereinsinterne Zwecke zu verwenden und bestätigen, dass diese Daten nicht an externe Organisationen weitergegeben werden. Die Veröffentlichung von Fotos, die während der Veranstaltung zum Zwecke zukünftiger Dokumentationen und Veröffentlichung auf der Webseite und in Printmedien (z.B. Tageszeitungen) erstellt werden, wird mit der Anmeldung zur Veranstaltung zugestimmt. Die Plätze für einige Veranstaltungen sind begrenzt. Sie werden vorrangig an Mitglieder in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben. Solltest Du kurzfristig verhindert sein, musst Du ggfs. für die angefallenen Kosten aufkommen. Die Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.



**Wir freuen
uns auf Dich!**

**Junge
Land Frauen**

Landfrauenverband Hamburg e.V.
LandFrauenverband Hamburg e.V.
Brennerhof 121 - 22113 Hamburg
Mail: junge@hamburger-landfrauen.de