

## Fit durch den Sommer



Der Eupener Turnverein bietet im Juli und August 2025 wieder Sommerkurse an.

Wer während der Sommermonate etwas für seine Gesundheit tun und dabei auch noch Spaß haben möchte, liegt mit den Sportkursen des Eupener Turnvereins genau richtig. Beim Zumba Fitness bewegen Sie sich zu mitreißenden Songs und lassen ganz einfach die Pfunde purzeln. Dagegen bietet Ihnen STRONG Nation ein intensives Intervalltraining.

Alle Kurse finden in der Heidberg-Sporthalle (Eingang über Schulhof Holftert) statt.

### **Zumba Fitness**

jeden Dienstag 18:00-19:00 Uhr

jeden Donnerstag 19:00-20:00 Uhr

### **Strong Nation** (bitte Fitnessmatte mitbringen)

jeden Dienstag 19:00-20:00 Uhr

jeden Samstag 10:45-11:45 Uhr

Die Teilnahme ist unverbindlich. Der Unkostenbeitrag pro Kurs beläuft sich auf **5,00 €** und wird vor Beginn des Trainings an die Trainerin gezahlt.

Vom 14.07.2025 bis 23.07.2025 finden keine Kurse statt.

Eine Anmeldung im Voraus ist nicht erforderlich. Für weitere Informationen wenden sie sich an den Eupener Turnverein per E-Mail unter [turnen@eupenertv.be](mailto:turnen@eupenertv.be) oder telefonisch unter 0479 97 07 84.