

Irgendwas ist ja immer!

Liebe Sportsfreunde,

es wird eng mit Ausreden, nicht zum Outdoor-Fitness zu kommen.

„Lange kein Sport gemacht!“

Dann wird es Zeit etwas für seine Gesundheit zu tun.

„Nicht die nötige Fitness!“

Egal ob Einsteiger oder Fitnessfreak, das Training ist so angelegt, dass jeder seine Intensität selber wählen kann.

„Alleine keine Lust zu kommen!“

Dann bring eine Freundin oder einen Freund mit.

„Nicht bei dem Wetter!“

Wir trotzen fast jedem Wetter, weil es uns guttut und auch den Zusammenhalt stärkt.

„Zu dunkel!“

Zählt nicht mehr, da wir dank fleißiger Hände jetzt unseren Trainingsbereich mit einem Strahler ausgeleuchtet bekommen und keiner in der Dunkelheit seine Übungen durchführen muss.

..und außerdem wird es jetzt abends langsam auch wieder heller!

Wenn Du jetzt immer noch krampfhaft nach weiteren Ausreden suchst, kannst du die sicher auch selbst entkräften.

Also, komm vorbei und mach dir dein eigenes Bild.

Wir sind eine bunt gemischte Gruppe, wo der Spaß im Vordergrund steht, aber der eigene Ehrgeiz gepackt und der Körper an seine Leistungsgrenze gebracht wird. Das eigene Körpergewicht reicht, damit der Schweiß aus den Poren kommt. Dafür braucht niemand in ein teures Fitnessstudio und in der Maschine isolierte Übungen bei schlechter Luft machen.

Unsere Trainingseinheiten starten

Mittwochs um 18:15 Uhr
auf dem Binner Sportplatz.

Wir freuen uns auf Dich!

Bis dahin,

Norbert Marquardt