

## teamfit – be active

Der neue Verein in Basadingen für sportbegeisterte und junggebliebene Frauen ab 30 Jahren.

Wir möchten mit euch zusammen Sport treiben und auch Geselligkeit pflegen. Egal welches Fitnesslevel du hast, solange du Spass an der Bewegung hast und offen bist, verschiedene Sportarten auszuprobieren, bist du bei uns willkommen. Wir werden schwitzen, Muskelkater haben und auch mal an unsere körperlichen Grenzen stossen. Mit einem buntgemischten Team meistern wir aber jede Herausforderung und die Lachmuskeln werden garantiert auch nicht zu kurz kommen.

Wir bieten ein polysportives Angebot mit abwechslungsreichen Lektionen und Trainings. Unser Angebot reicht von Fitness mit Kondition und Krafttraining über Mannschaftssport, Joggen-/Walking, Nationalturnen, Geräteturnen bis zu Entspannung und Mentaltraining.

Die Vereinskultur und die Geselligkeit ist nebst dem Einsatz im Training genauso wichtig und soll ebenfalls gelebt werden.

Trainingsort	Turnhalle Basadingen
Trainingszeit	Donnerstag, 18.45 Uhr bis 20.15 Uhr
Ausrüstung	Sportliches Outfit (Indoor- und Outdoor)

Voraussichtlicher Start der Trainings: 19. August 2021

Weitere Informationen gibt es unter [www.teamfit-basadingen.ch](http://www.teamfit-basadingen.ch)

Wir freuen uns auch über Follower auf Instagram (teamfitbasadingen) und Freunde auf facebook (Teamfit Basadingen)

