



Functional Fitness 2023

Trainingsdaten	Jeweils montags von 19:00 bis 19:45 Uhr (ausser an schulfreien Tagen) Je ca. 20 Minuten dehnen und 20 Minuten Fitness Training
Trainingsort	Turnhalle Udligenswil Garderoben stehen zur Verfügung
Leitung	Stefan Hochradl
Auskunft	Philipp Vontavon 076 528 88 32 oder info@SportvereinUdligenswil.ch
Online-Infos	www.sportvereinudligenswil.ch
Kosten	Für Mitglieder des SVU ist das Training kostenlos, bei allen anderen wird eine freiwillige Türkollekte eingezogen

Weitere wichtige SVU Daten:

Jeden Dienstag	18:30 Uhr Lauftreff
Jeden Donnerstag	19:15 Gymnastik für Männer mit Heidy 20:10 FunTone mit Melanie

