# TSV Westerhausen-Föckinghausen e.V.

## HOME WORKOUT IM LIVE STREAM

FIT DURCH DEN LOCKDOWN

SAVE THE DATE

# Freitag, 06.11.2020
# 18.00 Uhr

# FUNCTIONAL FITNESS

**Unser Kampfsporttrainer Philipp zeigt Übungen mit dem eigenen Körpergewicht um Kraft, Koordination und die allgemeine Fitness zu verbessern.**

## Geeignet für jedermann!

## Klickt Euch in unseren Live-Stream und macht mit!

**Den Link findet ihr auf spätestens am 06.11.2020 auf unserer Homepage!**