


# GRIPS FIT ONLINE





Wir können auch digital!  
**FITNESS FÜR DIE KLEINEN GRAUEN ZELLEN**

Unsere neuste Idee ist „Grips fit“: von zu Hause aus treffen wir uns regelmäßig am eigenen PC. Mit praktischen Übungen werden die kleinen grauen Zellen in geselliger Runde trainiert. Triff Gleichgesinnte und lass dich überraschen, wie abwechslungsreich das Programm ist. Und keine Angst vor der Technik, das kriegen wir gemeinsam hin!

**Sei dabei und erkundige Dich, wann die nächste Veranstaltung stattfindet.**

 04441 / 9777-902

 [info@sstvechta-selbstgestalter.de](mailto:info@sstvechta-selbstgestalter.de)

 0151 / 11 856 966