

[Sitemap](#) [Impressum](#) [instagram beiträge](#) [downloaden](#)

[Rudern Kalender 2025](#)

[Rudern Schnupperrudern](#) [Schnuppertraining im Winter](#) [Trainingsplan im Winter](#)

[Home](#)

[Schnuppertraining im Winter](#) [Schnuppertraining im Winter](#)

ing finden jeden Freitag zwischen 17 und 18:30 Uhr in der Sporthalle der Wilhelm-Neuhaus-Schule (Anschrift der Schule:

Copyright © 2015 RGA Amicitia Bad Hersfeld e.V. [Powered by Contrexx® Software](#)

chiedene Übungen ausgeführt, unsere erfahrenen Trainer führen die Übungen vor. Ausdauer und Kraft für den ganzen Körper
nt zwischen 10 und 15 Teilnehmer.

Sie zu unserem Schnuppertraining ein, ganz unverbindlich und kostenlos. [Bitte schreiben Sie uns eine Nachricht, mit wie viel
nehmen möchten.](#)

