

# Vereinigte Sportgemeinschaft Seefeld e.V. - Step Aerobic

## Kontaktdaten [a]:

### Vereinigte Sportgemeinschaft Seefeld e.V. - Step Aerobic

c/o Bahnhofstr. 5c | 16356 Seefeld

Stefanie Förster

Tel.: 0177 – 96 477 17 | Mail: k.A.de

VR 4112 FF | Mitglieder: 26 (Stand: 31.12.2023)



## Ziele gemäß Vereinssatzung:

Die Satzung, die Beitragsordnung, ein Aufnahmeantrag sowie weitere Ordnungen des Vereins sind nicht veröffentlicht, können aber beim Vorstand erfragt werden (Kontaktdaten siehe Verein gesamt).

## Aktivitäten, u.a. [a]:

- Spezielles Ausdauertraining wahlweise in zwei Gruppen (Anfänger oder Fortgeschrittene)
- Trainiert werden vor allem Beweglichkeit, Koordination und das Herz-Kreislauf-System vorwiegend unter Nutzung des Steppbrettes
- Auch der Spaß kommt nicht zu kurz

## Trainingsstätte [a]:

Turnhalle Seefeld, Krummenseer Chaussee 27 in Seefeld | [Google Maps](#)

## Trainingszeiten:

dienstags 18:30 - 19:30 Uhr (Anfänger)

freitags 18:00 - 19:00 Uhr (Fortgeschrittene)

## Mitmachen:

Interessenten sind herzlich willkommen, Ansprechpartner siehe Kontaktdaten.

## Quellen:

[a] Webseite des Vereins | <https://vsg-seefeld.de>

© Karl Lehmann 02/2024



Fotos 3 und 4 V. Wiedecke