

SV WEIDEN 1914/1975 e.V.

Wir im „Kölner Westen“



SV Weiden 1914/75 e.V., Ludwig-Jahn-Straße 15, 50858 Köln



Fitness & Pilates



Zwei Kurse vereint - eine perfekte Kombination.

Ihr steigert Eure Ausdauer, Eure Kraft und verbessert Eure Beweglichkeit und Eure Körperhaltung.

Ihr erlangt eine Verbesserung des eigenen Körperbewusstseins.

Beides hilft, die Konzentration zu erhöhen und den Stress abzubauen.

Durch Partnerübungen kommen auch Spaß und Kommunikation nicht zu kurz.

Neugierig geworden?

Dann meldet Euch zu unserer Schnupperstunde an:

Jeweils am 30.09.2025 und am 07.10.2025 von 19:20h bis 20:20h unter der Leitung von Herrn Rüdiger Müller.

Nennt uns unter info@svweiden.de oder auf AB unter 02234 497670

Euren Namen, Eure Rufnummer und Eure Mail-Adresse - und Ihr erhaltet alle weiteren Informationen.