

**12. FrauenSportNacht  
in Sellstedt**

**Hula Hoop  
trifft  
Drums & Fitness**

in der Turnhalle Sellstedt  
Zum Krümmvordel 3  
mit Tena Sündermann  
&  
Barbara Peper

**Dabei sein ist alles!**

**Wir freuen uns auf dich!**

**TSV Sellstedt**



*Hast du einen eigenen  
Hula-Hoop Reifen?  
Dann bringe ihn bitte  
mit!!!!!!*

**TSV SELLSTEDT**

Ahornweg 8  
27619 Schiffdorf  
Telefon: 04703/5254

**12. FrauenSportNacht**



**Sellstedt**

**Hula Hoop  
trifft  
Drums & Fitness**

**Samstag, 09.11.24,  
19.00 bis 22.00 Uhr  
Turnhalle Sellstedt  
Zum Krümmvordel 3**

## Hula-Hoop trifft Drums & Fitness

### Hula-Hoop

Grundkenntnisse, richtiger Hüftschwung, Technik und viel Spaß stehen auf dem Programm.

Hullert euch frei!!!!

### Drums & Fitness

Eine Kombination aus Musik, Trommeln und Bewegung -

und zudem gesund für Körper, Geist und Seele.

***Das solltest du  
keinesfalls verpassen!***

## FrauenSportNacht

19.00 Uhr Begrüßung

anschließend bis 20.15 Uhr

### Hula-Hoop mit Tena

30 min Pause mit Klönen, Getränken und kleinem Imbiss

20.45 bis 21.45 Uhr

### Drums & Fitness mit Barbara

anschließend

gemütlicher Ausklang

**Dabei sein ist alles!**



Die Teilnahmegebühr beträgt 5 € für Vereinsmitglieder, 10 € für Nichtmitglieder, alkoholfreie Getränke und Fingerfood inklusive.

Die Überweisung bis 07.11.24

auf das TSV Konto  
unter dem Stichwort FSN + Name  
IBAN DE3729250000109000900  
BIC BRLADE21BRS  
bei der Weser-Elbe Sparkasse

gilt gleichzeitig als  
Anmeldung für  
die FrauenSportNacht.

**TSV SELLSTEDT**

Ahornweg 8  
27619 Schiffdorf

Telefon: 04703/5254

E-Mail: [kontakt@tsv-sellstedt.de](mailto:kontakt@tsv-sellstedt.de)