

## **Der TSV hat die 4 x F Tour nach Friedland geholt!**

Wir haben es wirklich geschafft: die 4 x F Tour kommt in diesem Jahr auch nach Friedland!

Datum: **07.09.2022 17:00 Uhr** Ort: Basketballplatz (bei Regen wahrscheinlich Sporthalle)

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen an dem 2-stündigen professionellen Functional Training teilzunehmen.

Ein mobiles Coaching-Team des Vereins Straßensport e.V. aus Rostock wird das Functional Training in Friedland auf dem Basketballplatz präsentieren.

An den Tour-Standorten wird:

- eine Trainingsstation aufgebaut,
- ein freies Training und
- ein Gruppentraining angeboten.

Durch eine Förderung im Rahmen des Projekts "Aufholen nach Corona" ist **die Teilnahme an dem Aktionstag kostenfrei**. Anmeldungen können über die App (Termine und dann bei 4xF Tour auf anmelden gehen) oder direkt in der Geschäftsstelle vorgenommen werden.

Sabine von Ahsen

Geschäftsstelle TSV Friedland 1814 e.V.