



... gesund und aktiv mit dem
MännerSportverein



gossau.ch ein Platz für geselligen Männersport

Training

Jeweils Freitag
19.00 bis 20.30 Uhr
Turnhallen Hirschberg

Angebote

Konditions- und Fitnessstraining
Beweglichkeit Geschicklichkeit
Koordination
Gymnastik für Körper und Geist
verschiedene Ballspiele
monatliche Wanderung

Information

www.msg-sg.ch
info@msg-sg.ch



Die gute Art fit zu bleiben
und Gemeinschaft zu erleben



Kondition - Koordination - Konzentration