

... fange nie an aufzuhören, höre nie auf anzufangen ...

Unter diesem Motto brachte Gaby Peter die Klasse 7 ins Schwitzen. Die med. Fachangestellte ist unter anderem auch DTB Rückentrainerin, Übungsleiter Core&Stability und Präv.Gesundheitssport sowie X-CO-Trainer.

Nach einem Aufwärmprogramm folgte ein Muskelaufbau-Zirkel, der Bauch, Rücken, Arme und Beine beanspruchte.

Frau Peter ließ die Stunde mit einigen Yoga-Übungen ausklingen.

Wir hatten alle viel Spaß und bedanken uns nochmal bei Frau Peter !!!



(Frau Peter – blaues Shirt)

