

Dat Keesblatt, 25.01.2013

WBB-Fitnessstag in Brokdorf

Bine Bächmann berichtet aus
Brokdorf

WBB ist die Abkürzung des TSV Wewelsfleth/Beidenfleth/Brokdorf und die Übungsleiterinnen Melanie Sievers, Sabine Baade, Yvonne Zimmer, Gabi Specovius und Ute Hermansa hatten unter dieser Bezeichnung einen Fitnessstag voll Power und Spaß organisiert. Zirka 80 Teilnehmerinnen hatten sich angemeldet und wurden mit Selter, Bana-

nen und Energieriegel willkommen geheißen.

Nach dem Aufwärmen wurde in halbständigem Takt bei rhythmischer Musik mit Latino meets



FitnessTag in Brokdorf

Aerobic, Step experience, anstrengend, aber hat viel Spaß gemacht, war die einhellige Meinung der aktiven Sportlerinnen nach über drei Stunden Bewegung.