

**MONTAG**  
**16:00-17:00 UND**  
**17:00-18:00\***



# FITNESSZIRKEL – CROSSTRAINING

**KRAFT UND AUSDAUER**

**SPORTKLUB KRANICHSTEIN**  
**EHEMALS "SHARKS' GYM"**  
**SIEMENSSTRASSE 2**

Das Fitnesszirkel – Crosstraining findet montags von 16:00-17:00 Uhr für Kids von 10-16 Jahren und von 17:00-18:00 Uhr für Jugendliche/junge Erwachsene von 17-26 Jahren statt.

Wir trainieren mit dem eigenen Körpergewicht an der Cross-training-Turnstation sowie mit Kettlebells, Sprungkästen und Battle-Ropes.



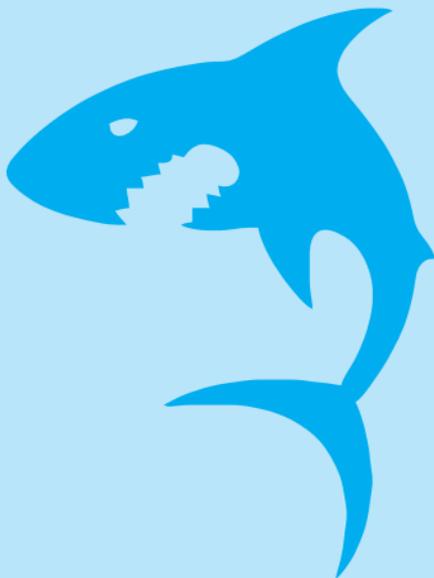
**AB 10/17 JAHREN**  
**KOSTENLOS**  
**OHNE ANMELDUNG**



SPORT  
BEWEGUNG  
ERNÄHRUNG



SPORTKLUB  
KRANICHSTEIN



Leitung: **Andreas Delp**

Mobil: 01590 4316011 | Email: [delp@network-rope.org](mailto:delp@network-rope.org)

Siemensstraße 2 | 64289 Darmstadt | ehem. "Sharks' Gym"

Email: [skk@network-rope.org](mailto:skk@network-rope.org) | Insta: [sportklub\\_kranichstein](https://www.instagram.com/sportklub_kranichstein)

[www.sportklub-kranichstein.de](http://www.sportklub-kranichstein.de)

Der SportKlub Kranichstein  
wird gefördert durch die  
Wissenschaftsstadt Darmstadt.

