



Marc Schoeffel von MDK Fitness Schweiz organisiert mit seinem Team bei der Streetworkout-Anlage auf dem Areal des Freizeithauses Allschwil ein Outdoor-Training für Kinder und Jugendliche (7 bis 14 Jahre) und interessierte Eltern.

Gemeinsam wird ein kleiner «Ninja Warrior-Parcours» mit Elementen zu Koordination, Balance und Kraft aufgebaut und zusammen an den Herausforderungen trainiert.

# Anleitung und Spass am «Ninja Warrior-Training» für Kinder, Jugendliche und Eltern

Mittwoch, 15. Mai 2019 von 14:00 bis 17:00 Uhr

Freizeithaus, Hegenheimermattweg 76, Allschwil

- Teilnahme ist kostenlos und benötigt keine Anmeldung
- Mitnehmen sind Sportkleidung, Sportschuhe, Handtuch, Sonnencreme und Sonnenhut, Getränke und Snacks
- Kinder unter 10 Jahren zusammen mit erwachsener Begleitperson



Fragen an M. Schoeffel per [info@mdkfitness.ch](mailto:info@mdkfitness.ch)

Weitere Informationen unter [www.mdkfitness.ch](http://www.mdkfitness.ch)

Facebook: [@mdkfitnessschweiz](https://www.facebook.com/mdkfitnessschweiz)

Instagram: [@mdk\\_fitness\\_schweiz](https://www.instagram.com/mdk_fitness_schweiz)

*Kinder jugend Familien*  
**Freizeithaus**  
Allschwil