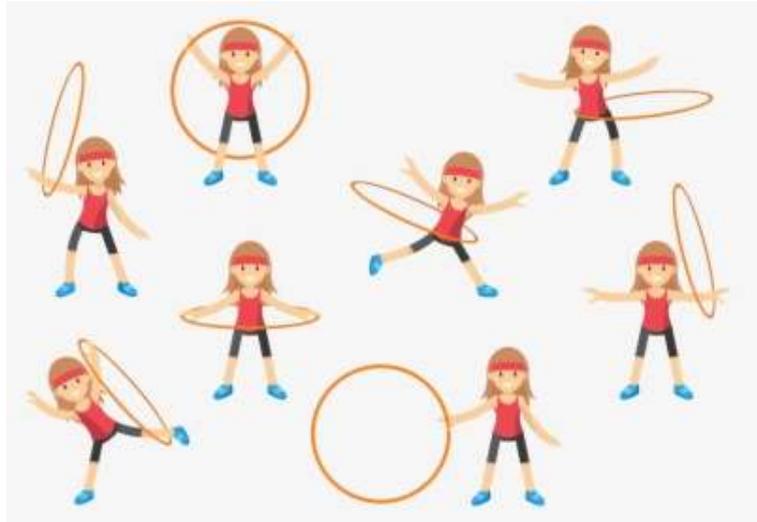


# Hula-Hoop-Workshop im September

Hi Hoopers und solche, die es werden wollen!



Wir treffen uns am Samstag, den **21.09.2024 um 14 Uhr** auf der Wiese an der **Krahmerstrasse** (da wo sonst die Steglitzer Festwochen sind und der Discgolf Parcours startet) und lassen Hüften und Hoop kreisen. Mit guter Musik geht es nach einem Aufwärmteil an on-body und auch off-body Hooping und viel Spaß an der Bewegung ;o) Danach haben wir uns ein wohltuendes cool-down verdient!

**Mitbringen:** Hoop, Wasserflasche, je nach Wetter: Sonnencreme, -hut, Lagenlook (Leih-Hoops auf Anfrage solange der Vorrat reicht)

**Kleidung:** eher enganliegend, da sich weite Klamotten gerne im Hoop festbeißen

**Kosten:** eine wertschätzende Spende in die UNICEF-Spendendose

Bitte gebt mir doch Rückmeldung, wer kommt. Dann kann ich besser planen. Ich freue mich auf Euch!

Happy Hoop Grüße,  
*Margit*

*Dipl. Sportlehrerin und Hoop-Instruktor*

[www.margitscape.com](http://www.margitscape.com)