



CACHIBOL

für alle Frauen ab 30 Jahre

**Vergiss deinen Alltag und deine Sorgen für zwei Stunde,
habe Spaß, bewege dich und finde neue Freunde!**

Cachibol ist so ähnlich wie Volleyball, aber viel einfacher. Der Ball wird nur **gefangen** und **geworfen** – Es ist schnell erklärt, ohne Vorkenntnisse in jedem Alter leicht erlernbar und **macht einfach gleich Spaß!**

Wir sind eine multikulturelle Gruppe und freuen uns auf bunte Vielfalt.

Hier findest du uns:

- Sporthalle der Grundschule Pellwormstr.
(Pellwormstr. 35 – 37, 22846 Norderstedt)
- dienstags von 20:00 bis 22:00 Uhr
- Im Sommer spielen wir draußen, auf der Sportanlage des TURA (19:00 -21:00 Uhr).
Infos über die Trainerin



Info und Anmeldung über die TURA Geschäftsstelle: info@tura-harksheide.de

Oder einfach vorbeikommen!



Aerobic, Aikido, Angeln, Badminton, Basketball, Bauch-Beine-Po, Bodystyling, Cachibol, Cheerleader, Einradfahren, Eltern - und Kind Turnen, Fitness-gymnastik, Fitness-Studio, Fußball, Fit Fight, Handball, Herzsport, Iaido, Inline Skaten, Judo, Karate, Kindertanz, Kinderturnen, Langhantelworkout, Leicht-athletik, Leistungsturnen, Lungensport, Nordic Walking, Orientierungslauf, Osteoporose, Pilates, Qi Gong, Rückenfit, Schach, Schwimmen, Seniorensport, Skat, Spielmanns-zug, Sportabzeichen, Sport und Spiel Erwachsene, Steckenpferd, Tanzsport, Tischtennis, Vital älter werden, Volleyball, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Zumba.



**Turn – und Rasensportverein
Harksheide von 1945 e. V.**

Am Exerzierplatz 16, 22844 Norderstedt

Tel. 040/ 525 21 18

E-Mail: info@tura-harksheide.de

Öffnungszeiten:

Fax 040/525 62 03

www.tura-harksheide.de

Mo. 14.00 - 16.00 Uhr

Di., Do. 10:00 - 12:00 Uhr