



Fitness-Kurs



„Lass dich

überraschen“

Mach mit - bleib oder werde fit.

Ob Ausdauertraining, BBP, Step, Kräftigungsübungen mit (Hilfs-)geräten, Koordinationstraining, Übungen für den Rücken...

- an diesen Abenden ist bestimmt für jeden Teilnehmer etwas dabei.

Wer gezielt etwas für seine Fitness machen möchte ist hier genau richtig!

Kursleitung: Fitness Trainerin Corinna Foth

Termine: 6x freitags, ab 14.September
von 18.45 – 19.45 □hr

Ort: im TVK Gymnastikraum (Pavillon) in Waldulm

Kosten: 24,- € TVK - Vereinsmitglieder (Sonderbeitrag)
30,- € Nichtmitglieder (Kurzzeitmitgliedschaft)

Zahlbar am ersten Kurstag in bar, bei Verhinderung keine Rückerstattung oder Gutschrift der Kursgebühr

Anmeldung: TVK – Geschäftsstelle Tel.07842/427649 oder
per e-mail geschaeftsstelle@tv-kappelrodeck.de

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 12 Personen begrenzt, daher schnell anmelden.