Kurs „Mixed“

Mach mit - bleib oder werde fit. Das ist dein Start ins neue Jahr

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 mittwochs, ab 8.September von 18.45 – 19.45 Uhr
Ort:	im TVK Gymnastikraum (Pavillon) in Waldulm
Kosten:	12,-€ TVK - Vereinsmitglieder (Sonderbeitrag) 48,- € Nichtmitglieder (Kurzzeitmitgliedschaft) Bei Verhinderung keine Rückerstattung oder Gutschrift der Kursgebühr
Anmeldung NUR:	über das Buchungsportal www.tv-kappelrodeck.de / Kursangebote
Info unter:	TVK – Geschäftsstelle Tel.07842/996980 oder per e-mail geschaeftsstelle@tv-kappelrodeck.de

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 9 Personen begrenzt, daher schnell anmelden.

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN